











# সন্তান-শিক্ষা ।

কথোপকথনে নীতি বিষয়ক উপদেশ ।

---

চীন-প্রদেশের ব্রিটিশ-বাণিজ্য-দূতের  
এবং চীন-সাম্রাজ্যের কার্ফটম  
বিভাগের ডাক্তার,

শ্রীরামলাল সরকার  
প্রণীত ।

---

প্রথম সংস্করণ ।

---

কলিকাতা,

৩০/৫ মদনমিত্রের লেন, নবাবাবাদ-প্রেনে  
শ্রীভূতনাথ পালিত দ্বারা মুদ্রিত  
ও প্রকাশিত ।

১৩১২ ।

*All rights reserved.*

মূল্য কাগজের মলাট ১।০; কাপড়ের মলাট ১।৫০ ।



# সূচী পত্র ।

বিষয়	পৃষ্ঠা
১ম অধ্যায়	
কুসংস্কার সংশোধন ও নীতি শিক্ষা	১—৩০
২য় অধ্যায়—	
শারীরিক স্বাস্থ্য বিধান ও খাদ্য দ্রব্য নির্বাচন	৩১—৬১ পৃঃ
৩য় অধ্যায়—	
শারীরিক নিয়ম পালন এবং জল বায়ুর বিশুদ্ধতার	
প্রয়োজন	৬২—১১৮
৪র্থ অধ্যায়—	
প্রকৃত মনুষ্যত্ব শিক্ষা	১১৮—১৫৬
৫ম অধ্যায়—	
ঈলোকের কর্তব্য	
মাতা ও কন্যার কথোপকথন	১৫৭—১৯৯
৬ষ্ঠ অধ্যায়—	
ঈশ্বরীবনের প্রয়োজনীয় কয়েকটা কথা, গভর্নীর চিকিৎসা	
ও শিশুপালন ও চিকিৎসা	১৯৯—২৭০







# অশুদ্ধ সংশোধন ।

৭পৃ: তু: প্যা:	৩৬
গিয়া যে জলে	গিয়া সে জলে ।
৬পৃ: ১ম প্যা:	
গায়ে পত্তর	গাত্র পত্তর
১৫পৃ: ১ম প্যা:	
কিরণ বিধুদিগের	কিরণ ও বিধুদিগের
২১পৃ: ৪র্থ প্যা:	
অনুরক্ত	অনুরক্তা
২২পৃ: ১ম প্যা:	
মহদৃষ্টানু	মহদৃষ্টানুকরণ
৩২পৃ: ১ম প্যা:	
লম বুঝিতে পারেন	লম বুঝিতে পারিয়াছিলেন ।
২৩পৃ: ৫ম প্যা:	
কর্তব্যনিষ্ঠ	কর্তব্যনিষ্ঠা
অসাধারণ বীর	অসাধারণ বীরত্ব ।
২৩পৃ: ৬ প্যা:	
প্রভৃতি	প্রভৃতির
৩৩পৃ: ৩য় প্যা:	
গিয়া যদি অতিরিক্ত	গিয়া অতিরিক্ত
৪১পৃ: ২য় প্যা:	
আসাম দেশের	আমাদিগের দেশের
৪২ পৃ: শেষ প্যা:	
মনে করেন	মনে করেন না ।

অশুদ্ধ

শুদ্ধ

৫৬ পৃঃ ৬ষ্ঠ প্যাঃ

বিষ্ঠা, মাস ইত্যাদি

ষাগ ইত্যাদি

ঐ ৭ম

দাঁতে যা হয়

মাড়িতে যা হয়

৫৭ পৃঃ শেষ পুংক্তি

ফরসীতে

ফুরসীতে

৫৮ পৃঃ ২য় প্যাঃ

ক্যাসথার

ক্যান্থার

৬৯ পৃঃ ২য় প্যাঃ

ভুবন জ্যোতিঃ

ভুবন জ্যোতি প্রভৃতি

৭৪ পৃঃ ২য় প্যাঃ

নবম এং দশম পংক্তির

এই দুইটা “এবং”

দুইটা “এবং”

বাদ দেও।

৭৭ পৃঃ ২য় প্যাঃ

তাহাতেই অহঙ্কার

তাহাতেই এত

এত বড় হইয়াছে

অহঙ্কার হইয়াছে।

৯১ পৃঃ ৬ষ্ঠ প্যাঃ

জ্বর এবং ক্ষয়েও

জ্বর এবং ক্ষয় রোগ

৯৮ পৃঃ ২য় প্যাঃ

যেমন জলজন্তু

যখন জলজন্তু

প্রাণ ত্যাগ করিবে

সকল প্রাণ ত্যাগ করিবে।

১৪৭ পৃঃ ৫ প্যাঃ

এক জনের খাবার

এক জনের খাবার

থাকিলে

না থাকিলে

১৫৭ পৃঃ ২য় প্যাঃ

সেই সেই কথাবার্তা

সেই সেই দিনের কথাবার্তা

অণুদ্র

অণু

১৬০ প্রথম পংক্তি

মহাপণ্ডিতগণ

মহাপণ্ডিতগণ

১৬০ পৃ: ৩য় প্যা:

স্রীলোকদিগের

স্রীলোকদিগের

অতি শোচনীয়

অবস্থা অতি শোচনীয়

১৭৪পৃ: ২০ প্যা:

ঈর্ষা প্রকাশ

ঈর্ষ প্রকাশ

১৭৮পৃ: শেষ প্যা:

বড়টী

বউটী

১৭৯পৃ: ৪ প্যা:

ভেড়ার মত

ভেড়ার পালের মত

১৮১ পৃ: ২য় প্যা:

খামু খামু

খামু খামু

ঐ ঐ

১৯১

১৯১

৮২ পৃ:

গর

গর

১৩ পৃ: ১ম পংক্তি

যু পূর্ণ

যু পূর্ণ

৫ পৃ: ৩য় প্যা:

লর দিকে

ফুলের দিকে

৮ পৃ: ৩য় পংক্তি

চালিত

উক্ত রক্ত চালিত

বিশেষ দ্রষ্টব্য।

নিম্নলিখিত মারাত্মক ভুল করেকটি পাঠকগণ

১২ সংশোধন করিয়া লইবেন।

অপুষ্ক

শুষ্ক

২৪১ পৃঃ ১৫ পুংক্তি  
খটিকা চূর্ণ ৫৥ তোলা

খটিকা চূর্ণ ৫৥ ছটাক  
( ২৭৥ তোলা )

২৪৫ পৃঃ, ১ম পুংক্তি  
যখন পুরিয়াতে মাত্র ৮ গ্রেণ ।

যখন ৮ পুরিয়াতে মাত্র  
২ গ্রেণ

২৪৫ পৃঃ ৭ম প্যাঃ  
এক কি দেড় রতি

এক কি দেড় গ্রেণ

২৫০ পৃঃ ১ম প্যাঃ ৪র্থ পং

ব্রোমাইড অবপটাশ্ নামক ব্রোমাইড অবপটাশ্ অল্প জলে  
মিশ্রিত করিয়া দিলে মিশ্রিত করিয়া থাওয়াইবে

২৫৬ পৃঃ ১ম প্যাঃ ৭ম পুংক্তি  
ভুত কম হয় না।

ভুত ফল হয় না ।

২৬৮ পৃঃ ৭ম প্যাঃ

হুধের সঙ্গে আধ বা এক  
ছটাক ক্যাষ্টার অয়েল

হুধের সঙ্গে আধ বা এক  
তোলা ক্যাষ্টার অয়েল

# উৎসর্গ।

---

আমার পাঠ্য জীবনের কৃতজ্ঞতা স্বরূপ,  
এই ক্ষুদ্র গ্রন্থখানি, আমার পরম  
হিতৈষী ও প্রদীপ্ত শ্রীযুক্ত  
বাবু আনন্দমোহন দাস  
গুপ্ত মহাশয়ের  
নামে উৎসর্গ  
করিলাম।

---



## ভূমিকা।

আমাদিগের দেশের বালক বালিকাগণ আপন আপন গৃহে উপযুক্তরূপে শিক্ষা পায় না। পরন্তু তাহারা বিদ্যালয়ে যে শিক্ষা পায়, তাহা চরিত্র-গঠন, শারীরিক স্বাস্থ্য-বিধান ও অস্ত্রান্ত্র গার্হস্থ্য কার্য্য সম্বন্ধে যথেষ্ট বলিয়া মনে করি না। আপন আপন সন্তানগণকে প্রকৃত মানুষ করিতে হইলে, গৃহে তাহাদের উপযুক্ত শিক্ষা বিধান করা কর্তব্য। ইউরোপীয় বালক বালিকাগণের অধিকাংশেরই এ বিষয়ের সুন্দর ব্যবস্থা আছে, তাই তাহাদের অধিকাংশই প্রকৃত মানুষ হয়। আর অপর দিকে, আমাদিগের দেশের শিক্ষায় বিপরীত ফল ফলে। বঙ্গ দেশের বালক বালিকাগণের গৃহ-শিক্ষার উপযোগী কোন উৎকৃষ্ট গ্রন্থ আছে কি না, জানি না। সম্ভবত নাই বলিয়া ধারণা হওয়ার, আমি সেই অভাব পূরণার্থ এই ক্ষুদ্র গ্রন্থখানি লিখিলাম। গ্রন্থকার বলিয়া পরিচয় দিবার বা পুস্তক বিক্রয় করিয়া অর্থ লাভের আশায় এ কার্য্যে প্রবৃত্ত হই নাই। কেবল মনের প্রবল ইচ্ছায় এই কার্য্যে ব্রতী হইরাছি। ইহার মধ্যে ভাষা ও ভাব বিষয়ক বহু ভ্রম লক্ষিত হইবে, তাহা জানিয়াও, সন্তান-শিক্ষা জনসমাজে প্রকাশ করিতে সাহস করিলাম। পাঠকগণ নিজগুণে ক্ষমা করিবেন। আমার এই চেষ্টা দ্বারা যদি দেশের কথঞ্চিৎ পরিমাণেও উপকার হয়, তাহা হইলেই আপনাকে ধন্য মনে করিব। নিবেদন ইতি—

শ্রীরামলাল সরকার।







# সন্তান-শিক্ষা ।

প্রথম অধ্যায় ।

কুসংস্কার-সংশোধন

নীতি-শিক্ষা ।

( মাতা জ্ঞানবালা ও পুত্র স্বধীরকুমার । )

স্বধীরকুমার । মা ! একটা গল্প কর মা, অনেক দিন যাবত  
 মে আমাকে ফাঁকি দিতেছ যে, তোকে সুন্দর সুন্দর উপদেশ-  
 গল্প শুনাব ; তা আজ আমি ছাড়ব না, শুনাতেই হ'বে ।  
 জ্ঞানবালা । কি গল্প শুন্বে বাবা ? তুমি তাই আগে বল না  
 , হ'লেই ত আমি বুঝতে পারব তুমি কি রকম গল্প শুন্তে



সু। সে দিন খোক্নার মার মুখে শুনিয়াছিলাম যে, লঙ্কার নাকি এক হনুমান আছে, সে অমর । ত্রেতাযুগে সে আপন লেজের আঙুল জালিয়া তাহা দ্বারা সমস্ত লঙ্কা চারুখার করিয়াছিল । সে নাকি আপন লেজের আঙুল হুঁ দিয়া নিবাইতে গিয়া নিজের মুখ পর্য্যন্ত পোড়াইয়াছিল । সেই হইতে বানর জাতিকে মুখ-পোড়া বানর বলে । ইহা কি সত্য ? এই হনুমান সম্বন্ধে আর আর গল্প আমাকে বল, খোক্নার মা বলেছেন, ইহার আশ্চর্য্য অনেক কীৰ্ত্তি আছে ।

জ্ঞা। বাবা ! ও সব গল্প আমার নিকট ভাল লাগে না; বাহা সত্য বলিয়া বিশ্বাস করি না, এবং বাহা মিথ্যা বলিয়া জানি, তাহা তোমাদের মত বালক বালিকাদিগকে বলিয়া কেবল একটা কুসংস্কার জন্মাইয়া দিতে ইচ্ছা করি না ।

সু। কেন মা ? খোক্নার মা বলিলেন যে, এ সকল সত্য কথা ; ত্রেতাযুগে লোকের অসাধারণ ক্ষমতা ছিল, এবং পশু পক্ষী ও বানরগণ পর্য্যন্ত কথা বলিতে পারিত । শ্রীরামচন্দ্র বানর ও ভালুকের সাহায্যে সমুদ্র বাধিয়া লঙ্কা পার হইয়াছিলেন, এ সকলই কি মিথ্যা কথা ?

জ্ঞা। তা, মিথ্যা কথা বই কি । খোক্নার মা ও সব কথা বিশ্বাস করিতে পারেন, আমিও এককালে বিশ্বাস করিতাম ; কিন্তু এখন আর ও সব কাল্পনিক কথা বিশ্বাস করিতে ইচ্ছা হয় না । যে কথার কোন সার নাই, বাহাতে কোন যুক্তি ও শিক্ষার উপযোগী কোন কথা নাই, সে সকল কথা তোমাদের তরুণ মস্তিষ্কে প্রবেশ করাইয়া দিয়া চিরজীবনের ভরে একটা ভুল সংস্কার জন্মান বই আর কিছুই নহে । তোমরা বড় হইলে শেষে এই

সংস্কার দূর করা কঠিন হইবে। কেন না তোমাদের মনে জ্ঞান ও বিশ্বাসের ক্রম-বিকাশের এই সময়, এখন হইতে তোমাদের মনে খুব প্রয়োজনীয় সত্য কথার ধারণা যাহাতে হয়, এবং যাহাতে তোমাদের ভাবী জীবনের মঙ্গল হয়, তাহাই করা পিতা মাতার প্রধান কার্য্য।

সু। আমি ভাল করিয়া বুঝিলাম না যে, কেমন করিয়া ঐ সব কথা মিথ্যা হইতে পারে। যাহা ধর্ম্মগ্রন্থ রামায়ণে আছে, যাহা সত্য বলিয়া সকলে বিশ্বাস করে, তুমি তাহা কেন মিথ্যা বল, আমাকে বুঝাইয়া দাও।

জ্ঞা। অধুমণি! তুমি দেখছি নিতান্ত নাছোড়, কোন মতেই ছাড়বে না, যদিও আমার এ সব কথা বলিবার উদ্দেশ্য নাই, তবুও বাধ্য হইয়া ইহার উত্তর দিতে হইল। কারণ লোকের চিরবিশ্বাসের বিরুদ্ধে কোন কথা বলিলে লাভ কিছুই হয় না, কেবল লোকের কাছে নিন্দনীয় হইতে হয়।

সু। কেন?

জ্ঞা। আমাদের দেশের লোককে কোন যুক্তিসঙ্গত কথা বলিলে অনেকেই ঠাট্টা করিয়া উড়াইয়া দেয়, কেহ কেহ এমন ব্যঙ্গোক্তি করে যে, মনে অত্যন্ত ঘৃণা হয়। সেই জন্ত এখন চুপ করিয়া থাকি; বেশী কথা বলি না।

সু। তুমি যুক্তিসঙ্গত কথা বলিলে তাহাদের লোকসান কি? তাহাদের ইচ্ছা হয় শুধুক, না হয় না শুধুক, এরূপ ব্যঙ্গোক্তি বা অপমানসূচক কথা বলে কেন?

জ্ঞা। কেন যে বলে, সে কথা তোমাকে আর কি বাঁ চোদ্দ স্বভাব! আমাদের দেশীয় প্রায় লোকের নৈতিক ও সাঁ করিতে

চরিত্র এমনই কলুষিত হইয়াছে যে, তাহারা আপনার সহস্র হিঙ্গু দর্শনে অন্ধ, কিন্তু অন্তের একটা পাইলেই তাহা নানা অলঙ্কারে ভূষিত করিয়া তাহাকে লোকের চক্ষে স্থগিত করিয়া তোলে ; এবং নানা মিথ্যা কুৎসা ও দোষ রটাইতে ক্রটি করে না। কেন না উহা তাহাদের দোষ নহে, সমাজের শিক্ষার দোষ। বাল্য-কাল হইতে বেক্রপ কু-বিশ্বাস করে ও কু-শিক্ষা পায়, বয়োবৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে তাহা বিষময় ফল প্রসব করে। সেই জন্তই ওসব কথা তোমাকে বলিতে ইচ্ছা করি না।

সু। যে বাহাই বলুক না কেন, আমাকে তুমিতো খুলিয়া বল।

জ্ঞা। তবে বলি শুন। আমাদের দেশে প্রাচীন কালের কোন বিশ্বাসযোগ্য ইতিহাস নাই, হিন্দু ঋষিগণ যেমন সাহিত্য, দর্শন, বিজ্ঞান প্রভৃতি প্রণয়ন করিয়া খ্যাতিলাভ করিয়াছিলেন, কিন্তু অল্প দিকে তোমার দেশের সমসাময়িক ইতিহাস লিখিতেও অবহেলা করিয়াছিলেন। কি আশ্চর্য্যের বিষয়! এত বড় একটা প্রাচীন সভ্য দেশ! তাহার একখানা প্রকৃত ইতিহাস নাই।

সু। সে কি বল মা? তবে রামায়ণ মহাভারত কি? রামায়ণ এবং মহাভারতে আমরা সে কালের অনেক বৃত্তান্ত অবগত হইতে পারি, সে কি আর বিশ্বাসযোগ্য ইতিহাস নহে?

জ্ঞা। রামায়ণ ও মহাভারত দুইখানা ধর্ম্ম বিষয়ক মহাকাব্য মাত্র। যেমন বঙ্কিম বাবুর দুর্গেশনন্দিনী একখানি কাব্য।

নন্দিনী, বিবৃক্ষ প্রভৃতি গ্রন্থনিচয়কে যেমন এক একটা সিক ঘটনা অবলম্বন করিয়া নানা কল্পনা দ্বারা সাজাইয়া মান এক একটা সত্য ঘটনার মত দেখান হইয়াছে, সুচ-

তুর মহাকবি বাণীকি ও মহামুনি বেদব্যাস, সেইরূপ, তাৎকালিক ঐতিহাসিক ঘটনা সকল অবলম্বন করিয়া কল্পনার অলঙ্কারে মাজাইয়া, রামায়ণ মহাভারত রূপ মহাকাব্য রচনা করিয়া জাজ্জল্যমান সত্য ঘটনা প্রতিপন্ন করিয়া গিয়াছেন। রামায়ণ অপেক্ষা বরং মহাভারত অনেকটা ঐতিহাসিক ধরণের বটে এবং ঘটনাগুলি অপেক্ষাকৃত বিশ্বাসযোগ্য, মহামুনি বাণীকি-প্রণীত সংস্কৃত গ্রন্থ হইতে কুন্তিবাস পণ্ডিত অনুবাদ করিয়া তাহাতে অনেকগুলি কাল্পনিক কথা যোগ করিয়াছেন, লোকে সেগুলিও প্রকৃত ঘটনা বলিয়া মনে করে।\*

সু। আচ্ছা, যদি প্রকৃত ইতিহাস নাই, তবে আমরা স্থলে যে প্রাচীন কালের ইতিহাস পড়ি, তাহা কোথা হইতে এ'ল ?

জ্ঞা। তোমরা যে প্রাচীন ইতিহাস পড়, তাহা কোথা হইতে এ'ল, তবে শুন। এদেশের প্রাচীন ইতিহাসের যে একটু একটু আভাস পাওয়া যায়, তাহা অনেক স্থলেই বিদেশীয় ভ্রমণকারীর ভ্রমণবৃত্তান্ত হইতে, গ্রীকগণের ইতিহাস হইতে, চীনদেশের ও পারস্য দেশের ইতিহাস হইতে, এবং বৌদ্ধধর্মের পুরোহিত কর্তৃক তাম্রফলকে লিখিত বৃত্তান্ত সকল হইতে গৃহীত, কিন্তু তাহাতে কোন ধারাবাহিক বিবরণ পাওয়া যায় না, কেবল এখানকার একটু, ওখানকার একটু জুড়িয়া গাঁথিয়া লেখা হইয়াছে মাত্র।

সু। তবে রামায়ণের হনুমান ও জাম্ববানের অদ্ভুত কীর্ত্তি কি কবির কল্পনা মাত্র ?

জ্ঞা। তা, কবির কল্পনা বই কি ? অযোধ্যায় রাজা দশরথের পুত্র রাম লক্ষণ থাকিতে পারেন, রাম, লক্ষণ, সীতা চৌদ্দ বৎসরের তরে বনে যাইতে পারেন, লক্ষ্য গিয়া রাবণ বধ করিতে

পারেন। কিন্তু বানর ভল্লুক দ্বারা সৈন্দ্ৰদল গঠন, সেই সৈন্দ্ৰ দ্বারা সমুদ্র বন্ধন এবং রাবণবংশ নিধন করা অসম্ভব বলিয়া বোধ হয়! সে কালে পশু পক্ষীর কথা বলিতে পারিত আর এখন পারে না—ইহা অপেক্ষা মিথ্যা কথা আর কি হইতে পারে? বরং বিজ্ঞানদ্বারা এবং ডারউইন সাহেবের যুক্তিদ্বারা ইহাই প্রমাণিত হইতেছে যে, বানর প্রভৃতি জন্তুগণের ক্রমোন্নতি হইতেছে, সহস্র সহস্র বৎসর পরিবর্তনে বানরের লেজ খসিয়া গিয়া, ক্রমে তাহারা মনুষ্যাকৃতি ধারণ করে, একথা কতক সত্য বলিয়া বিশ্বাস করিতে ইচ্ছা হয়, কেন না আফ্রিকার জঙ্গলে এক প্রকার বন-মানুষ আছে, তাহারা ঠিক নরাকৃতি পশু বিশেষ। আকৃতি ভিন্ন তা'দের সকল ব্যবহারই পশুর মত; বানরও প্রায় নরাকৃতি, কেবল বেশীর ভাগ একটা লেজ আছে। আবার সেদিন কর্তার মুখে শুনিলাম, তিনি ডাক্তারি কাগজে পড়িয়াছেন যে, আফ্রিকা দেশে এক জাতীয় লোক আছে, তাহারা খর্ষাকৃতি, গায়ে পশুর লোমের মত লোমে ঢাকা, এবং মেরুদণ্ডের নিম্ন হইতে দুই বা এক ইঞ্চি লম্বা এক একটা অস্থি-প্রবর্দ্ধন দৃষ্ট হয়। ফরাসী গবর্ণমেন্ট প্রথমে এই বিষয় আবিষ্কার করেন, এবং বলেন যে এই অস্থি-প্রবর্দ্ধনই লেজের কতকটা মাত্র অবশিষ্ট। এখন কে বলিতে পারে যে, এক জাতীয় বানর হইতে ক্রমে সেই বন-মানুষের সৃষ্টি এবং সেই বনমানুষ হইতে শেষোক্ত ক্ষুদ্র লেজ-বিশিষ্ট লোকের সৃষ্টি হয় নাই?

সু। হাঁ মা! তুমি বলিলে, বানর ও ভল্লুক দ্বারা সৈন্দ্ৰ-গঠন অসম্ভব, কিন্তু আমরা সচরাচর যে বানর দেখি, তাহা না হইয়া ভল্লুক ও বানরাকৃতি এক প্রকার বনমানুষ হইবে।

জ্ঞা। হাঁ বাপু! ঠিক কথা বলিয়াছ, এরূপ হইলে অনেকটা সম্ভব হয়। ঐ সকল বনমানুষকে শিক্ষা দিলে, ও পোষ মানা হইলে অনেকটা কার্যোপযোগী হইতে পারে বটে। তাই বলিয়া যে সব বানর ও ভালুক আমরা সচরাচর দেখি, তাহা দ্বারা প্রবল পরাক্রান্ত বীরগণের সঙ্গে যুদ্ধ করা কি সম্ভব ?

স্ব। কেন ? বেদেরা যে বানর ও ভালুক নাটাইয়া পয়সা উপার্জন করে, দেখ দেখি কেমন কৌশলে তাহাদিগকে শিক্ষিত করিয়াছে ! যে যাহা করিতে বলে, তাহাই করে, বানরের বিবাহ দেখায়, দাম্পত্য প্রণয় ও বিবাহ কেমন সুন্দর করিয়া দেখায়। রামচন্দ্রও সেই মত বানর ও ভালুককে শিক্ষা দিয়া সৈনিকের কার্য্য করাইতে পারেন।

জ্ঞা। তা' পারেন ঠিক, কিন্তু বানর ও ভালুককে কি বেদেরা কথা বলাইতে পারে, কিম্বা রামচন্দ্রই পারিতেন ? দেখ দেখি কেমন অসম্ভব কল্পনা ! হনুমান এক লাফে লঙ্কার দক্ষিণ পারে অবতীর্ণ হইলেন ! আর লঙ্কার দক্ষিণ দিক নীচু হইয়া গেল ! হনুমান ইচ্ছা করিলে এক শত যোজনব্যাপী শরীর বৃদ্ধি করিতে পারিতেন, আবার ইচ্ছা করিলে একটা সামান্য মর্কটরূপও ধারণ করিতে পারিতেন। ইহা কি বিশ্বাসযোগ্য কথা ? কে বিশ্বাস করিতে পারে যে, মৈনাক পর্বত, যাহা এখন ভারত-সমুদ্রে দৃষ্ট হয়, তাহা সে কালে উড়িতে পারিত ? এবং ইন্দ্রের বজ্রাঘাতে তাহার পাখা কাটা গিয়া যে জলে পতিত হয় ? সেই জল জলের মধ্যে পাহাড় দেখা যায় ? না, তা' নয়, পূর্বকালে হয় ত জলের মধ্যে পাহাড় দেখিয়া লোকে আশ্চর্যান্বিত হইত, তাই এই অদ্ভুত কল্পনা করা হইয়াছে। কিন্তু এখন পৃথিবীর



চতুর্পার্শ্বে যত সমুদ্র আছে, তাহাতে প্রায়ই পাহাড় দৃষ্ট হয়, এখন কত শত মৈনাক পর্বত দেখিতে পাওয়া যায়।

সু। হাঁ, তাই তো, ও সকল কথা বিশ্বাস করিতে গেলেও সকলই উল্টা হয়। আমাদের ক্লাসের সুরেন্দ্র সেদিন পণ্ডিত মহাশয়কে জিজ্ঞাসা করিয়াছিল, সেকালে ইন্দ্রদেবের পুষ্পরথ স্বর্গ হইতে অবতরণ ও আরোহণ করিত, সে কি সত্য কথা? তাহাতে পণ্ডিত মহাশয় ত্রুটি করিয়া টিকি নাড়িয়া বলিয়া উঠিলেন, রয়াল রিডারের (Royal Reader) ছ' পাতা পড়িয়াই প্রশ্ন করা হ'চ্ছে যে, ইন্দ্রদেবের পুষ্পরথ ছিল, একথা সম্ভব কি না? আরে দেশের কতকগুলি কুলাঙ্গার অনার্য্য ও বিধর্ম্মী বেটারা রাষ্ট্র করিতেছে যে, হিন্দুদের শাস্ত্র ও ধর্ম্ম সকলই ভ্রম ও কুসংস্কার পূর্ণ এবং কাল্পনিক কথায় ভরা, তাই তুইও সেই সঙ্গে সঙ্গে নাচিয়া এই প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করিতেছিস্। একথা যে সত্য তা' এক্ষণ বার। তোদের রামমোহন, কৃষ্ণমোহন, কেশবচন্দ্র এবং শিবনাথের মত সহস্র ধুরন্ধর কটিবদ্ধ হইলেও হিন্দুধর্ম্ম এবং শাস্ত্রের একতিলও ক্ষতিবৃদ্ধি হইবে না। হিন্দুধর্ম্মের মত সার ও প্রাচীন ধর্ম্ম জগতে আর নাই। যদি বিশ্বাস না করিস্, তবে ইংরেজী শিক্ষার গুরুর গুরু মোক্ষমূলার সাহেবকে জিজ্ঞাসা কর। মা! পণ্ডিত মহাশয়ের আরক্ত-লোচন ও ক্রোধকম্পিত কলেবর দেখিয়া সুরেন্দ্র ও আমরা ভীত হইলাম। তখন সুরেন্দ্র কাকুতি মিনতি করিয়া পণ্ডিত মহাশয়কে বলিল, পণ্ডিত মহাশয়, মাপ করুন। আমি হিন্দুধর্ম্মের নিন্দা করিতেছি না বা নিন্দা করাও আমার উদ্দেশ্য নহে। তবে যে গুলি সহজে বুদ্ধিতে পারি না বা বিশ্বাস হয় না, তাহা আপনারা গুরুলোক, আপনাদের নিকট

জিজ্ঞাসা না করিয়া কাহার নিকট শিক্ষা করিব বলুন ? এবং আপনাদেরও কর্তব্য, ক্রোধ সম্বরণ করিয়া ছাত্রকে শিক্ষা দেওয়া ; ইহাতে রাগ করিয়া অপরকে গালি দিলে আমরা নিরুপায়। তখন পণ্ডিত মহাশয় একটু শাস্ত হইয়া বলিলেন, বাপুহে ! শুন, ইন্দ্রদেবের পুষ্পরথ স্বর্গ হইতে অবতরণ ও আরোহণ করিত, সে দৈববলে ও সত্য ত্রেতাযুগের কাল-মাহাত্ম্য বলে হইত। এখন সে দৈববলও নাই, কাল-মাহাত্ম্যও নাই, যদি দৈববল ও কাল-মাহাত্ম্য বিশ্বাস না কর, তবে তোমরা যাহাতে বিশ্বাস কর, নয় সেইরূপ করিয়াই বুঝাইয়া দেই। মনে কর এখন যেমন বেলুনে আরোহণ করিয়া সেদিন স্পেন্সার (Spencer) সাহেব এবং রামচন্দ্র মুখোপাধ্যায় সকলকে আশ্চর্য্যান্বিত করিলেন, ঠিক সেইরূপ নয় ইন্দ্রদেবেরও বেলুন যন্ত্র ছিল। তিনি যেখানে আরোহণ ও অবতরণ করিতেন, তাহাকে আমরা পুষ্পকরথ বলি, তোমরা নয় বেলুন বল। এখন বুঝিলে ত ! হয় ত এখনকার বেলুন সৃষ্টির আভাস সেই হিন্দুদিগের পুরাতন শাস্ত্র হইতেই লওয়া হইয়া থাকিবে। তাই মা আমিও তোমাকে জিজ্ঞাসা করি, হনুমান হয় ত বেলুন যন্ত্রে আরোহণ করিয়া লঙ্কায় উপস্থিত হইয়াছিল।

জ্ঞা। হাঁ স্তবীর ! আমাকে বেশ তর্কে আটকাইয়াছ। যাহা হউক, ইহার উত্তর দিতেছি। যদি জ্ঞানবল, যোগবল, বা দৈববল বিশ্বাস কর, তবে রামায়ণের যত কথা সকলই সত্য বলিয়া মানিতে হইবে। আর তাহা বিশ্বাস না করিয়া যদি যুক্তি মান, তবে একথা অসম্ভব। তাহার প্রধান কারণ এই যে, হনুমান একে অসত্য পশু, তাহার পক্ষে একখানি বেলুনযন্ত্র

নির্মাণ ও তাহার সাহায্যে সমুদ্র পার হওয়াও যেমন, আর আকাশমার্গে পুষ্পোদ্যান নির্মাণ করাও তেমনই। দ্বিতীয়তঃ—রামায়ণে এমন উল্লেখ নাই যে, হনুমান কোন যানে অরোহণ করিয়া সমুদ্র পার হইয়াছিলেন। তৃতীয়তঃ—যদি বল স্বয়ং ভগবান্ রামচন্দ্র, যাহার অসাধ্য কার্য্য নাই, তিনি ইচ্ছা করিলে শত বেলুন বা পুষ্পকরথ সৃষ্টি করিতে পারেন। কিন্তু তাই যদি হ'বে, তবে আর রামচন্দ্র সীতাউদ্ধার করিতে এত কষ্ট কেন করিলেন ? আর সাগর বাঁধাইতেই বা প্রয়োজন ছিল কি ? বেলুনে চড়িয়া সাগরপার হইলেই ত হইত এবং যোগবলে বা মায়াবলে রাবণ বংশ ধ্বংস করিয়া সীতাউদ্ধার অনায়াসেই হইত ? সহজে কার্য্য উদ্ধার হইলে আর এত কষ্ট কে করে ? এখন বুঝিলে ত ?

সু। হাঁ মা, বেশ বুঝিলাম। তবে পণ্ডিত মহাশয়ের ওরূপ লম্বা চওড়া কথার কোন সার নাই।

জ্ঞা। তা নাই বই কি। সেকেলে ধরণের যত লোক, কি স্ত্রী, কি পুরুষ, এমন কি, নব্য শিক্ষিতদের মধ্যেও অনেকেই, কোন একটা সামান্য কথায় চটে ফেটে লাল হন, কিন্তু কথাটা তলিয়ে বুঝেন না এই দুঃখ। সোজা কথায় তোমাকে বুঝাইয়া দেই। ইন্দ্রদেবের স্বর্গারোহণ ও অবতরণের এমন যান থাকিতে, এবং দৈববল থাকিতে কেন তিনি, ব্রহ্মারের ও অশ্রুত অম্বর-গণের ভয়ে স্বর্গরাজ্য হইতে পলাইয়া দেবগণ সমভিব্যাহারে পাতালপুরে আশ্রয় লইয়াছিলেন ? বেশ, আবার সেই ইন্দ্রের ওরূপস্বী হরণের অভিশাপে যে রূপ সহস্রচক্ষু হয়, তাও সকলে জানেন। এ সকলই শাস্ত্রের কথা ; অতএব আমি শাস্ত্রের নিন্দা

করিতেছি না। তর্ক ও যুক্তি দ্বারা যাহা অসম্ভব বলিয়া সাধারণ বুদ্ধিতে বুঝা যায়, তাই তোমার উত্তরে বলিলাম। নচেৎ এ সকল কথা আমি সচরস্চর সকলকে বলি না। কারণ, তাহাতে শাস্ত্রের নিন্দা করা হয়। সুতরাং লোকের গালি শুনিতে হয়, কে আর আপন ভাত খাইয়া অন্তের গালি শুনিতে যায় ?

সু। মা ! তবে কি রামায়ণে শিক্ষার উপযোগী উপদেশপূর্ণ কিছুই নাই ?

জ্ঞা। বাছা ! আমি এমন কথা বলি নাই, যে রামায়ণে শিক্ষার উপযোগী কোন কথা নাই।

সু। আমি হনুমানের গল্পের কথা তোমাকে বলিতে বলিলে তুমি বিরক্ত হইয়া বলিলে যে, ওসকল অসত্য ও মিথ্যা কাল্পনিক কথা বলিয়া তোমাদের মত কোমলমতি বালকগণের মনে একটা কু-সংস্কার জন্মাইতে ইচ্ছা করি না।

জ্ঞা। এইটাই তোমার বুঝিবার ভুল হইয়াছে ; আমি সেই শত যোজন বিস্তৃত দেহবিশিষ্ট হনুমানের গল্প করিতে ইচ্ছা করি নাই। কারণ, তাহা বিশ্বাসযোগ্য নহে। কেবল কাল্পনিক কথা। হনুমান গন্ধমাদন পর্বত মাথায় করিয়া শূন্ত-মার্গ দিয়া যাইতেছিল, সূর্য্যদেব উদ্ভিত হইলে লক্ষ্মণের প্রাণ বাঁচিবে না, তাই সূর্য্যকে ধরিয়া কর্ণকুহরে পুরিয়া রাখা হইল, আবার যাইতে যাইতে ভরতের আশী হাজার মণ লোহার বাঁটুলাঘাতে অমনই ঘুরিয়া ধরাশায়ী হইল, ইত্যাদি কে বিশ্বাস করিতে পারে ? যে একথানা পর্বত মাথায় করিয়া শূন্ত দিয়া যাইতে পারে, এবং কর্ণকুহরে সূর্য্যদেবকে বদ্ধ রাখিতে পারে, তাহার পক্ষে আশী হাজার মণ লোহার বাঁটুল একটা

কুইনাইনের বড়ীর মত। কোন্ বুদ্ধিমান ব্যক্তি ইহা বিশ্বাস করিবে?

সু। তবে আমাকে বুঝাইয়া দাও, রামায়ণের মধ্যে সার ও শিক্ষার উপযোগী কি কথা আছে।

জ্ঞা। তবে শুন। প্রথমতঃ রাজা দশরথের চরিত্র হইতে আমরা এই শিক্ষা করিতে পারি যে, সত্য এবং প্রতিজ্ঞাপালন করা কি ভাবে উচিত। এই চরিত্রে তাহার জাজ্ঞল্যমান দৃষ্টান্ত বিদ্যমান। আমরা প্রতিজ্ঞা করিয়া একটা পয়সা লোকসান হইবে ভয়ে কাপুরুষের ছায়া সেই প্রতিজ্ঞাভঙ্গ করি, তুমি রাজা দশরথের দেখ, প্রতিজ্ঞারক্ষার জন্য রামাভিষেকের উদ্যোগ মাটি হইল, গুণবান পুত্রকে এবং সতীলক্ষ্মী সীতাকে বনে পাঠাইলেন এবং অবশেষে পুত্রশোকে নিজ প্রাণ বিসর্জন দিলেন। দশরথ সামান্য লোকের মত কৈকেয়ীর শঠতায় না ভুলিয়া এমন পাপিষ্ঠাকে বরং খুব উত্তম মধ্যম দিয়া তাড়াইয়াও দিতে পারিতেন। তাহা হইলে এত লোকনিন্দা ও ক্ষতি হইত না? বরং লোক খুসী হইত ও আপন প্রাণ যাইত না।

সু। তা' অনায়াসেই পারিতেন,-তবে দশরথকে আহম্মক বই বলা যায় না।

জ্ঞা। দশরথকে আহম্মক বলিতে পারা যায় না, বরং প্রকৃত ধর্মবীর বলা যাইতে পারে। যাহার ধর্মভয় আছে, যাহার স্বর্গ ও নরক বিশ্বাস আছে, সে কখনও ধর্মতঃ সেই প্রতিজ্ঞাভঙ্গ করিতে পারে না।

সু। তবে মা আমি সংকল্প করিলাম, যদি কখনও ধর্মতঃ

কোন প্রতিজ্ঞা করি, তাহা আর ভঙ্গ করিব না । তাহাতে প্রাণ যাক্ আর থাক্ ।

জ্ঞা। বেশ কথা বাবা ! সাধু ছেলে ! কিন্তু আমাদের দেশে সাধারণতঃ লোকে একটা কথায় বলে, “ভাবিতে উচিত ছিল প্রতিজ্ঞা যখন ।” প্রতিজ্ঞা করিবার আগে ভালমত চিন্তা ও বিবেচনা করিয়া দৃঢ়সঙ্কল্পতা সহকারে প্রতিজ্ঞা করা উচিত । কথায় কথায় শপথ করা বড় দোষ, কথায় কথায় যাহারা শপথ করে, তাহারা কখনও প্রতিজ্ঞা রক্ষা করিতে পারে না, জানিবে, তাহারা প্রায়ই ঘোর মিথ্যাবাদী ।

স্ব। তবে যে লোকে কথায় কথায় ‘পরমেশ্বরের’ এবং ‘গুরুদেবের দোহাই’, ‘গঙ্গাজী কসম্’ ‘কোরাণ কসম্’ করে, সে সকলই মিথ্যা, কিন্তু তাতে লোকসান কি ?

জ্ঞা। সকলই যে মিথ্যা তাহা নহে, মাঝে মাঝে দুই একজন সত্যবাদীও আছেন । কিন্তু অধিকাংশ লোকই মিথ্যাবাদী । বঙ্গদেশের লোকের মিথ্যাবাদী নাম বড় বিখ্যাত । সাহেবগণ বাঙ্গালীকে মিথ্যাবাদী বলিয়া ঘৃণা করে । কারণ, আইন আদালতে পর্য্যন্ত বড় বড় লোকেরা গিয়া সামান্য স্বার্থের জন্তু জঁখরকে সাক্ষী মানিয়া জাজ্জল্যমান মিথ্যা বলিয়া আইসে । অনেকের উপজীবিকাই মিথ্যাসাক্ষ্য দেওয়া । হু’ এক টাকা পাইলেই নাহককে হক ও হককে নাহক বলিয়া থাকে । কিন্তু মূর্থ লোকে বুঝে না যে—সামান্য অর্থ আজ আছে, কাল নাই । ক্ষণ-স্থায়ী দেহ আজ আছে, কাল মাটিতে মিশিয়া যাইতে পারে । কিন্তু সে যে অধর্ম্ম ও কেলেকারী করিয়া যায়, তাহা চিরস্থায়ী হয়, এবং সে চির কালের তবে নরকগামী হয় ।

স্ব। মা! আমার চক্ষু কতকটা ফুটিল বটে, তোমার স্নেহ-পূর্ণ কথাগুলি হৃদয়ে আঁকিয়া রাখিব। সে আঁক কখনই মুছিব না, আমি কখনই মিথ্যা সাক্ষ্য দিব না, মিথ্যা কথা বলিব না; তবে একটা কথা এই, অনেক সময় কার্য্যগতিকে এমন ঘটনা উপস্থিত হয়, তাহা গোপন করিতে গিয়া মিথ্যা কথা না বলিয়া থাকি যায় না, তখন কি করা যাইবে?

জ্ঞা। বাপু! মনুষ্য মাত্রেয়ই ভুল ভ্রান্তি সম্ভবে। কিন্তু যদি ভুলক্রমে কোন গর্হিত কার্য্য করিয়া বঁস, তবে তাহা হইতে অব্যাহতি পাওয়ার এক উপায়,—কোমলভাবে দোষস্বীকার করা, এবং ক্ষমা প্রার্থনা করা। তাহাতে যদি ক্ষমা না পাইয়া দণ্ড পাও সেও সহস্র গুণে ভাল; তবু মিথ্যা কথা বা মিথ্যা কার্য্যদ্বারা তাহা গোপন করিতে চেষ্টা করিবে না। মিথ্যা ব্যবহারের এক প্রধান দোষ এই যে, মিথ্যা কথা ও কার্য্য গোপন করিতে গিয়া তাহার আনুশঙ্গিক আরো অনেকগুলি মিথ্যা ব্যবহার করিতে হয় ও অপরকে সেই মিথ্যার সমর্থনে সাহায্য করার জন্য মিথ্যাবাদী করা হয়। দ্বিতীয়তঃ—, মিথ্যা কথা কখনও গোপন থাকে না। লোকে তাহা বেশ জানিতে পারে, এবং জানিয়া আজীবন মিথ্যাবাদী বলিয়া বিশ্বাস করে। একবার মিথ্যা ব্যবহার প্রকাশ পাইলে তখন তুমি সহস্র সত্যকথা বল, তাহাও সেই পূর্ব্বপাপে লোকে মিথ্যা বলিয়া মনে করিবে। বরং সত্যকথা বলিলে ধর্ম্ম ও যশোলাভ হয়, এবং হয় ত অপরাধ হইতে অব্যাহতিও পাইতে পারা যায়; সত্যবাদী লোককে সকলে ভালবাসে, বিশ্বাস করে ও দয়া করে।

স্ব। বেশ বুঝিলাম। আমি এ সব কখনই ভুলিব না। আমি

আগে না জানিয়া, কতই মিথ্যা কথা বলিয়াছি—, তজ্জন্ম না জানি কতই পাপ হইয়াছে! মনে বড় দুঃখ হইতেছে। আর সেদিন .নলিন, কিরণ, বিধুদিগের সঙ্গে তর্ক হইতেছিল—, তাহাতে বিধু বলিল, মিথ্যা কথা বলা মাত্রই পাপ, কিন্তু নলিন বলিল, “আপন স্বার্থের জন্য, পরের উপকারের জন্ত, এবং কোন ব্যক্তিকে কারাদণ্ড ও প্রাণদণ্ড হইতে বাঁচাইবার জন্ত মিথ্যা কথা বলায় পাপ নাই, হাঁ—মা! একথা কি সত্য?”

জ্ঞা। না—নিজ স্বার্থের জন্ত ও পরের সামান্য উপকারের জন্য মিথ্যা বলার জ্ঞায় ঘোরতর পাপ আর নাই,—তবে এক জনকে কারাদণ্ড বা প্রাণদণ্ড হইতে বাঁচাইবার জন্ত বিচারালয়ে শপথ করিয়া মিথ্যা বলা সম্বন্ধে মতভেদ আছে, একথা কেহ কেহ বলেন বটে; কিন্তু আমাদের ইহাতে নিতান্ত অমত, কারণ যে ব্যক্তি প্রকৃত অপরাধী, তাহার শাস্তি হওয়াই উচিত। এরূপ লোককে মিথ্যা সাক্ষ্য দ্বারা বাঁচাইলে যে অনিষ্ট হয়, তাহা পূর্বেই বলিয়াছি; আর এক বিষয় অনিষ্ট এই হয় যে, অপরাধী তোমার মিথ্যা সাক্ষ্যের সাহায্যে অব্যাহতি পাওয়ায় তাহার কুকার্যের আরো প্রস্রয় পায়। চোর, ব্যভিচারী, বা দস্যু তোমার মত লোকের সাহায্যে আরও কত শত অত্যাচার করিবে। যত নিরীহ, গরীব লোককে নিঃস্ব করিবে, কত সতী লক্ষ্মী কুলবালার সতীত্ব নষ্ট করিবে,—তাহার ইয়ত্তা নাই। তোমার মিথ্যা বলার দরুণ ইহারা যত কুকর্ম ও পাপ করিবে, তোমাকেও সেই সকল কুকর্ম ও পাপের জন্ত দায়ী হইতে হইবে।

স্ব। উঃ! তবে ত মিথ্যা বলিয়া কাহাকেও অপরাধ হইতে বাঁচান বড়ই দোষ।



জ্ঞা। দোষ যে-তা' এক শ' বার ।

সু। তবে-মা ! এমন দৃঢ়প্রতিজ্ঞ সত্যপালনকারী রাজা দশ-  
রথকে লোকে কেন নিন্দা করে ?

জ্ঞা। রাজা দশরথকে বাহারা সত্যধর্ম পালনের জন্ত নিন্দা  
করে, তাহারা ভ্রান্ত ; তবে—তঁাহার নিন্দার মধ্যে এই যে, তিনি  
অত্যন্ত জ্ঞেয় ছিলেন, এবং জীব মোহে ভুলিয়া আত্মহারা হইয়া  
এক বিষম ও অসীম প্রতিজ্ঞা করিয়াছিলেন । প্রতিজ্ঞা করার  
আগে একটুকুও ভাবেন নাই—কিন্তু প্রতিজ্ঞারক্ষার এক  
উজ্জল দৃষ্টান্ত জগতে রাখিয়া গিয়াছেন । ইহাতে তঁাহার সরলতা  
ও সত্যনিষ্ঠা এবং কৈকেয়ীর কুটিলতা ভিন্ন আর কিছুই প্রকাশ  
পায় না ।

সু। এ কথা বেশ বুঝিলাম ; তার পর আর কি শিক্ষা  
করিতে পারা যায় ?

জ্ঞা। রামায়ণ পড়িয়া দ্বিতীয় শিক্ষালাভ এই যে, দাসী  
মহরার কুচক্রে পড়িয়া কৈকেয়ী কি উপায়ে সতীনের গুণবান ও  
ধার্মিক পুত্রের বিরুদ্ধে ষড়যন্ত্র করিয়া বিরূপ অনর্থ ঘটাইয়াছিল ।  
জগতে যতদিন রামায়ণ থাকিবে, ততদিন লোক কথায় কথায়  
এই দৃষ্টান্ত দ্বারা বিমাতার ভুলনা দিবে ।

সু। তাইত-মা ! বিমাতা কি এমন নিষ্ঠুরা হইতে পারে ?  
ইহাকে আবার মানলে কেন ? বিমাতাকে মা বলিয়া স্নেহময়ী  
নামের কলঙ্ক করা হয় । মা ! সরল বিমাতাই কি কৈকেয়ীর  
মত ? বিমাতা মাজেই কি নিষ্ঠুরা ?

জ্ঞা। প্রায়ই, তবে শতকের মধ্যে একটা আধটা সতীনের  
ছেলের প্রতি সদ্যবহার করে ।

সু। কেন ? এরূপ হয় কেন ?

জা। তুমি বালক—একথা তোমাকে বুঝান কষ্ট হইবে। তবুও কুঝাইতে চেষ্টা করিব, স্বামী ও স্ত্রীর মধ্যে যে ভালবাসা, তাহা এক অদ্বুত জিনিষ। সেই ভালবাসার এক তিল ব্যতিক্রম হইলে বা ভালবাসার প্রতি একটু সন্দেহ জন্মিলে, স্বামী স্ত্রীর মধ্যে এক বিষম অনর্থ ঘটে। এক স্বামীর দুই বা বহু স্ত্রী হইলে, সমান ভালবাসা সকলের প্রতি দেখান তাহার পক্ষে অসম্ভব—, ইহা স্বাভাবিক। সুতরাং যাহার প্রতি কম ভালবাসা দেখান হয়, সে-ই হিংসা ও ঘেঁষে জলিয়া মরে। কেন না, তাহার স্বার্থের হানি হয়, সুতরাং সেই স্বার্থহানির প্রধান কারণ, সতীন ও সতীন-পুত্রের অনিষ্ট কামনায় এই অনর্থ ঘটে। প্রকৃত পক্ষে, সকল বিমাতাই যে নির্ভর্য, তাহা নহে। এইরূপ কার্যেরই এইরূপ ফল। সতীন কি সতীন-পুত্রের প্রতি যাহারা অসদ্ব্যবহার করে, তাহাদের কিন্তু অশ্রুর প্রতি বেশ দয়া, সৌজন্ম ও শিষ্টাচার প্রদর্শন করিতে দেখা যায়।

সু। ও! তবে ভাল লোকও এই স্বার্থের বশীভূত হইয়া এইরূপ করিতে পারে! তবে ত এ লোকের দোষ নহে, এ বহু বিবাহের দোষ!

জা। তা' একশত বার।

সু। তবে লোকে জানিয়া শুনিয়া এমন কুকার্য্য করে কেন? এ যে আপন বকে আপনাই ছুরি দেওয়া। রাজা দশরথের এই বহু বিবাহের দোষেই যত দুর্গতি—, অকালে মৃত্যু হইল, এবং সোণার রাজ্য হারবার হইল।

জা। বাপু! রাজা দশরথের কথা বহু কালের আর তিনি

রাজাধিরাজচক্রবর্তী ছিলেন, সকলই করিতে পারিতেন। কিন্তু এখন এই বিংশ শতাব্দী আরম্ভ হইল, তবুও আমাদের সমাজের এই দোষ এখনও প্রবল। যাহার ঘরে আহারের সংস্থান নাই, সেও কুলের গৌরবে দুই, চারি, কি দশটা বিবাহ করিয়া যে কেলেঙ্কারী করিয়া থাকে, তাহা অকথ্য। তুমিও কুলীন ব্রাহ্মণের সন্তান। তোমার পিতাকে কত দিবার জন্ত এখনও কত লোকে খোঁসামোদ করে, কত টাকা ও সোণারূপার প্রলোভন দেখায়, কিন্তু তিনি কিছুতেই রাজী হন না। বলেন, আর এক বিবাহ করিয়া আমার জ্ঞানবালা ও সোণার 'সুধীরকুমারের চিরকালের জন্ত শক্রমুষ্টি করিতে পারি না, কাজ নাই আমার ধনরত্নে। বাবা! তোমার বয়স এই সবে বার বৎসর অতীত হইয়া তেরতে পড়িল, ইহারই মধ্যে কত স্থানের কত সৎক আসিতেছে। তোমার পড়ার খরচ দিবে, সোণা রূপা ও ঘড়ি-চেইন দিবে। কিন্তু আমরা তাহাতে কর্ণপাতও করি না, আমরা সকলকেই বলি যে, ছেলেকে অন্ততঃ পঁচিশ বৎসরের কমে বিবাহ দিব না, এবং জীবন থাকিতে কখনই বৃহ-বিবাহ দিব না।

সু। ছি!—মা! সে কি কথা? বিবাহের কথা আর বল না, বহুবিবাহের যে বিষময় ফল তুমি বর্ণন করিলে, তাহাতে আমার প্রাণ থাকিতে একাধিক বিবাহ করিব না।

জ্ঞা। হাঁ বাছা! এই সত্যপ্রতিজ্ঞা রক্ষা করিয়া পিতার নাম রাখিবে। দেশে এই বহু-বিবাহ লইয়া কত যে কি কেলেঙ্কারী ও পাপাত্মচর্চা হয়, তাহা বলা যায় না।

সু। তা' নিশ্চয়ই করিব, রামায়ণে আর কি শিক্ষা হয় মা?

জ্ঞা। রামায়ণের তৃতীয় শিক্ষনীয় বিষয়, রামচন্দ্রের শিষ্ট,

শাস্ত ও বিনয়ী ভাব, স্বার্থত্যাগের উৎকৃষ্ট দৃষ্টান্ত, এবং পিতৃভক্তি ও পিতৃআদেশ পালন জন্ত এরূপ ত্যাগস্বীকার ও কষ্টস্বীকারের দৃষ্টান্ত পৃথিবীর জ্ঞান কোন ইতিহাসে আছে কি না, জানি না ।

সু। তা'—রামচন্দ্র অতটা না করিলেও বেশী পাপ হইত না, কেন না, রামচন্দ্র ত আর কোন প্রতিজ্ঞায় আবদ্ধ হইয়াছিলেন না । তিনি অনায়াসেই এমন বিমাতার দুঃখভিসন্ধি ব্যর্থ করিতে পারিতেন । দশরথই যে স্পষ্ট তাঁহাকে বনে বাইতে বলিয়াছিলেন, তাহা নহে, কিন্তু রাজ্যাধিকার করিলেও দশরথ ক্রোধপ্রকাশ করিতেন না । তাহা হইলে রামচন্দ্রের পিতৃ-আজ্ঞাপালন না করায় যে কিছু সামান্য দোষ হইত, তা' এমন গুরুতর বিষয়ের জন্য এবং পাপীয়সী বিমাতার জন্য করার হানি ছিল না ।

জ্ঞা। তাইত সুধীর ! তুমি যাহা বলিতেছ, তাহা এখন-কার পক্ষে সম্ভব বটে, কিন্তু সেকালের ক্ষত্রিয়জাতি এবং এখন-কার ক্ষত্রিয়ের মধ্যে সম্পূর্ণ পার্থক্য । একথা সত্য, যে রামচন্দ্র কোন প্রতিজ্ঞায় আবদ্ধ ছিলেন না । কিন্তু তিনি অতি ধর্ম্মভীরু ছিলেন, লোকে তাঁহাকে ধর্ম্মাবতার বা বিষ্ণুঅবতার বলে । তিনি যদি পিতার আদেশ পালন না করিতেন, তাহা হইলে তাঁহার পিতা প্রতিজ্ঞাভঙ্গজনিত পাপে নরকগামী হইতেন, এবং পিতা নরকগামী হইলে পুত্রের উদ্ধার কোথায় ? সুবোধ রামচন্দ্র এই সব বিবেচনা করিয়া, রাজ্য ধন পরিত্যাগ করতঃ চৌদ্দ বৎসর বন-বাসী হওয়াও ভাল বুঝিলেন, কিন্তু পিতৃদেবকে নরকগামী করিতে ইচ্ছা করিলেন না, এই ইহার মূল কথা—এখন বুঝিলে ত ?

সু। কতক বুঝিলাম ; কিন্তু পিতা নরকগামী হইলে পুত্র

কেন নরকগামী হইবে, তাহা বুঝিলাম না, পিতার পাপের জন  
\*পুত্র দায়ী হইতে পারে না।

জ্ঞা। বড় স্মৃষ্ণ তর্কে আঁটিয়াছ। তুমি বয়সে দেখি  
ছেলে মানুষ, কিন্তু এরূপ কঠিন স্মৃষ্ণ তর্ক করিবার বেশ শক্তি  
আছে। কেহ কোন বিপদে পড়িলে, লোকে কথায় কথায় বটে  
দেখনা, অমূকের পূর্বপুরুষের পুণ্যের জোর থাকে ত, ইহা  
কাটিয়া যাইবে। পক্ষান্তরে পিতৃলোকের পুণ্যের জোর ন  
থাকিলে সেই বিপদ কাটিবার সম্ভব নাই, বিবেচনা কর, এই এক  
সামান্য কথার দ্বারা তোমার কথার উত্তর দিলাম, কেন যে হয়,  
তাহা বলিতে পারি না—এমন বিদ্যা আমার নাই, তবে হিন্দুধর্মে  
একথা বিশ্বাস করে বটে। এবিষয়ে আর এক কথা এই, লোকে  
পুত্র কামনা করে, পিতৃলোক পতিত হইলে উদ্ধার করিবার জন্য  
পুত্র শব্দের ব্যুৎপত্ত্যর্থ পুন্মাম নরক হইতে যে উদ্ধার করে। সে  
অবস্থায় রামচন্দ্র কেমন করিয়া পিতাকে নরকগামী করিবেন?  
তবে, যুক্তি তর্ক দ্বারা দেখিতে গেলে, দেখা যায়, যার যার  
আত্মার মুক্তির জন্য, সেই সেই দায়ী হইতে পারেন। কিন্তু  
সাধ্যানুসারে পিতা মাতাকে বিপদ হইতে রক্ষা করাই পুত্রের  
কর্তব্য কর্ম। ক্ষমতা থাকা সত্ত্বেও পিতা মাতাকে বিপদ হইতে  
উদ্ধার না করিলে, পুত্রেরই পাপ হয়, রাজা দশরথ কৈকেয়ীর  
কৌশলে অতটা বুঝিতে না পারিয়াই প্রতিজ্ঞাবদ্ধ হইয়াছিলেন,  
কিন্তু প্রতিজ্ঞারক্ষার ক্ষমতা রামের হাতেই ছিল। রামচন্দ্র  
নিজের স্বার্থের জন্য পিতৃ-আজ্ঞা পালন না করিলে, পিতাকে  
নরকগামী করিলে, তিনিই পিতার নরকগমনের কারণ হইতেন,  
সুতরাং তাঁহাকেও নরকভোগ করিতে হইত।

সু। বেশ বুঝিলাম ; তবে পিতা মাতার আদেশ পালন না করা গুরুতর বিষয় মনে রহিল, ভুলিব না, তার পর মা ?

জ্ঞা। তাহা পর চতুর্থ শিক্ষা এই—, লক্ষ্মণের ভ্রাতৃত্বভক্তি ও ত্যাগস্বীকার, সরলতা ও বীরত্ব অতুলনীয় এবং এক শিক্ষণীয় বিষয়। লক্ষ্মণ সঙ্গে না থাকিলে রামচন্দ্রের বনবাস অত্যন্ত কষ্টকর হইত, আর সীতা উদ্ধার করাও সহজ হইত না।

সু। হাঁ, লক্ষ্মণের দৃষ্টান্ত শিক্ষা করা সকলেরই কর্তব্য, তার পর ?

জ্ঞা। সীতার পতিভক্তি ও অসাধারণ সতীত্বের চিত্র এক অপূর্ব অনুকরণীয় বিষয়। সমস্ত স্ত্রীলোকেরই স্বামীর প্রতি এরূপ অনুরক্ত হওয়া উচিত।

সু। মা ! রাম একাকী বনে গেলেই ত হইত, সীতার যাওয়ার দরকার ছিল কি ?

জ্ঞা। পতিপরায়ণা সতী যে হয়, তাহার স্বামী ভিন্ন অন্য পতি নাই, সীতা স্বামী ছাড়িয়া রাজঅটালিকায় মহামুখে থাকিতে পারিতেন, কিন্তু তাঁহার দেহ মন যিনি অধিকার করিয়াছেন, তিনি ভিন্ন রাজভোগ অতি ছার-তুচ্ছ বিষয়, সেই জন্ত তিনি বনে উপবাস করা এবং স্বামীর সঙ্গে থাকিয়া তাঁহাকে সেবা ও শুশ্রূষা করা সতী সাধ্বীর কর্তব্য বলিয়া মনে করিয়াছিলেন।

সু। সীতা অতি পতিপরায়ণা ছিলেন, তবে এমন সতী স্ত্রীকে কোন্ প্রাণে ও কি অপরাধে রাম বনে দিলেন ?

জ্ঞা। এ ত একটা শক্ত প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করিয়াছ, এ সম্বন্ধে তাম্রত প্রকাশ করা কঠিন। বনবাসকালে সীতাকে দৃষ্টমতি বাণ চুরি করিয়া লইয়া যায়, তজ্জন্তই সীতা উদ্ধার করিতে হয়।

সীতা উদ্ধার করিয়া দেশে ফিরিয়া আসিলে, জনগণ এক মিথ্যা-পবাদ বাহির করে যে, যে সীতা একাকিনী রাবণগৃহে দীর্ঘকাল যাপন করিলেন, সে সীতার চরিত্র সম্বন্ধে রাম অসম্মত ও সন্দেহান্বিত না হইয়া কিরূপে তাঁহাকে আবার গৃহে আনিলেন ? সীতার চরিত্র কদাচ ভাল নয়,—জানিয়াও রাম যখন অতটা প্রশ্রয় দিলেন, তখন তাঁহার প্রজাগণের ভিতর এমন মহদুপাস্তান্ধ-কে না করিবে ?

সু। আহা ! রাম কি কঠিনপ্রাণ ! কোন্ পাষণ্ড প্রাণে কে এমন সতীলক্ষ্মীকে বনে পাঠাইতে পারে ? আহা ! একবারও রামচন্দ্র ভাবিলেন না, কিরূপে এই অসহায় রাজরাণী একাকিনী হিংস্রজন্তুপূর্ণ বনমাঝে বাস করিবেন ? ইহাকে আবার লোকে ধর্ম্মাবতার ও বিষ্ণু-অবতার বলে, ছি ! এমন ধর্ম্মে !!

জ্ঞা। সুধুমণি ! তুমি যাহা বলিয়াছ, তাহা ঠিক, কিন্তু সীতাকে বনে পাঠাইতে তাঁহারও যে মনে কষ্ট না হইয়াছিল, তাহা নহে, আমি পূর্বেই বলিয়াছি, রামচন্দ্র এক মহদশ্রদ্ধা করিয়াছিলেন। তিনি একদিন স্বকর্ণে শুনিয়াছিলেন যে, এক রজক তাহার স্ত্রীকে প্রহার ও ভৎসনা করিয়া বলিতেছিল যে, তুমি কি আমাকে রামচন্দ্র পেয়েছিন্ ? সে যেন এক অসতী স্ত্রীকে ঘরে রাখিয়াছে, আমিও কি তাহাই করিব ? এই কথা রামের মনে ঘৃণা হয় এবং সীতার চরিত্রের প্রতি সন্দেহ হয়। রামচন্দ্র ধর্ম্মভীরু ও শ্রদ্ধা-পরায়ণ রাজা ছিলেন। তাই শ্রদ্ধাভায়ে যাহা বিশ্বাস ও বিবেচনা করিয়াছিলেন এবং প্রজার অপবাদ হইতে মুক্ত হইবার জন্ত ও সীতাকে ঘরে রাখিলে কুলে কলঙ্ক হইবে মনে করিয়া এইরূপ গর্হিত কার্য্য করিয়াছিলেন, ধার্ম্মিক ও কর্তব্যপরায়ণ লোকে

যাহা বিশ্বাস করেন, তাহাই করিয়া থাকেন, তাহাতে যে বাহা বলুক, তিনি তাহা ক্রক্ষেপও করেন না। রামচন্দ্রও তাহাই করিয়াছিলেন। • কিন্তু অনেকে শেষে ভ্রম বুঝিতে পারেন।

সু। তা', সীতাকে বনে না দিয়া স্বতন্ত্র রাখিলেই চলিত—  
নির্জনে বাঘভালুকপূর্ণ স্থানে ফেলিয়া আসা কি মহুশ্যের কর্ম ?  
ছি ! ছি !!

জ্ঞা। বাপু ! সে কালের গতিতে ও অবস্থানুসারে বাহা সম্ভব বলিয়া বিবেচিত হইয়াছিল, তাহাই করিয়াছিলেন, এ বিষয়ে আর আলোচনা নিম্নয়োজন।

সু। মা ! এ শিক্ষায় আমার মনে বড়ই খটকা রহিল, তারপর মা ?

জ্ঞা। রামায়ণের পঞ্চম শিক্ষার বিষয় হনুমানের প্রভুভক্তি, কর্তব্যনিষ্ঠ ও অসাধারণ বীর হনুমান সীতাউদ্ধার বিষয়ে সাহায্য না করিলে সীতার উদ্ধার বোধ করি এক সঙ্কটাপন্ন ব্যাপার হইত।

সু। মা ! তুমি পূর্বে বলিয়াছ যে, হনুমান প্রভুভক্তিচরিত্র মহাকবির কল্পনামাত্র, আবার এখন সেই কাল্পনিক হনুমানের অসাধারণ প্রভুভক্তি ও বীরত্ব কিরূপে শিক্ষণীয় হইতে পারে, ইহা বুঝিলাম না।

জ্ঞা। কই ! সুধীর আমি ত এমন কথা বলি নাই যে, হনুমান একটা কল্পনা মাত্র, হনুমানের এক লাফে সাগর পার হইয়া লঙ্কা-গমন, গন্ধমাদন পর্বত মাথায় করিয়া শূন্যমার্গ দিয়া উড়িয়া যাওয়া, সূর্য্যদেবকে কর্ণকুহরে ভরিয়া রাখা ও সেতুবন্ধন ইত্যাদি বিষয় কবির কল্পনা বই আর কিছুই নহে। তবে হনুমান বলিয়া



যে কোন ব্যক্তি রামের সৈন্তদলে ছিল না, তাহা আমি বলি নাই। আর হনুমান এখনকার বানরের মত পশু হইয়া কং বলিতে পারিত, তাহাও বিশ্বাস করিনা। হাঁ, পূর্বের বলিয়াছি, নর্য কৃতি-পশু-বিশেষ কোন জাতীয় লোক হনুমান হইবে, আর যে যাহাই হউক, হনুমান বানরই হউক আর মানুষই হউক, তাহা কিছু যায় আসে না, তাহার যে চরিত্র বাগ্মীকি বর্ণনা করিয়াছেন তাহাতে ঐ দুইটা বিষয় বেশ শিক্ষণীয়, প্রভুকে কিরূপে রক্ষ করিতে হয়—, এবং প্রভুর কার্য কিরূপ প্রাণপণ করিয়া উদ্ধার করিতে হয়, এবং কিরূপ অসীম সাহসের ও বীরত্বের পরিচয় দিতে হয়, এই সব হনুমানের চরিত্রের উৎকৃষ্ট দৃষ্টান্ত। আর কাল্পনিক হইলেই যে তাহাতে শিক্ষণীয় বিষয় নাই, এমন নহে।

সু। দৃষ্টান্ত দিয়া বুঝাইয়া বল।

জ্ঞা। আজকাল বঙ্গদেশের যত কাব্য দেখিতে পাওয়া যায়, তাহার প্রায় সমস্তই কল্পনা দ্বারা রচিত। কিন্তু গল্প বলিয়াই তাহাতে যে শিক্ষণীয় বিষয় নাই, এমন নহে। বিষবৃক্ষ ও দুর্গেশ-নন্দিনী প্রভৃতি কাব্যে শিক্ষণীয় বিষয় অনেক আছে, এই সব কাব্যের অধিকাংশই কাল্পনিক বটে।

সু। বুঝিলাম, কোন কথা কল্পনা দ্বারা সাজাইয়া উপদেশ-চ্ছলে উল্লেখ করিলে তাহাতেও শিক্ষণীয় বিষয় থাকে, তারপর।

জ্ঞা। বিভীষণের সত্যনিষ্ঠা, ধর্ম ও ত্রায়পরায়ণতা এবং সত্য ও ত্রায়ের খাতিরে অমন প্রবল পরাক্রান্ত সহোদর রাবণের বিনাশসাধন—বাস্তবিকই তাহার জীবনের এক অপূর্ণ মহৎ কর্ম, সন্দেহ নাই। সত্য ও ত্রায় রক্ষার এ এক অপূর্ণ দৃষ্টান্ত। বাস্তবিক বিভীষণের চরিত্রে অনেক শিক্ষার বিষয় আছে।

বিভীষণ রাবণকে সীতা ফেরত দিতে উপদেশ দিতে গিয়া রাবণের পদাঘাত সহ্য করিলেন, এবং অবশেষে তাড়িত হইয়া বিভীষণ অস্ত্র উপায় না হুদখিয়া রামের শরণাগত হইয়া পাপমতি ভাই ও ভ্রাতৃতনয়গণকে বিনাশ করিবার সংকল্প করিলেন। এ একটা সহজ কার্য্য ও সহজ হৃদয়ের কার্য্য নয়। সকলে কি তাহা পারে? আপনার আত্মীয়গণের বিনাশসাধন করিতে কে পারে? বিভীষণের চরিত্রে আরো এই এক শিক্ষা হয় যে, যেমন গোবরের মধ্যেও পদ্মফুল উৎপন্ন হইতে পারে, সেইরূপ দুর্কিনীতগণের মধ্য হইতেও ধার্মিক লোকের উৎপত্তি হইতে পারে।

সু। উত্তমরূপ বুঝিলাম; কিন্তু রামচন্দ্র রাবণবধ করিয়া সীতা উদ্ধার পূর্ব্বক দেশে ফিরিয়া গেলে লঙ্কার দশা কি হইল?

জ্ঞা। লঙ্কার রাজত্ব ধার্মিক বিভীষণের হস্তে দেওয়া হইল।

সু। মা! তুমি বিভীষণকে ধার্মিক বল, কিন্তু আমি মনে করি, রাবণকে মারিয়া লঙ্কার রাজত্ব করাইবা বিভীষণের অভিপ্রায় ছিল, তাই রাবণের শত্রুদলে প্রবেশ করিয়াছিল।

জ্ঞা। না। বোধ করি বিভীষণের গোড়া হইতে সে মতলব ছিল না, তবে যে তিনি রাজ্যভার গ্রহণ করিলেন, তাহার কারণ এই, লঙ্কায় পুরুষশূন্য হইলে অসংখ্য অনাথা স্ত্রী ও বালকগণকে এবং বিশাল রাজ্যের প্রজাগণকে কে রক্ষা এবং পালন করিবে, বিবেচনা করিয়াই হয় তো তিনি রাজ্যভার গ্রহণ করিয়াছিলেন।

সু। তার পর আর কি শিক্ষা হয়?

জ্ঞা। আরো ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অনেক শিক্ষার বিষয় আছে,—সে সকল উল্লেখ করিতে গেলে বিশেষ কোন ফল নাই, কেবল সময় নষ্ট,—যেগুলি বিশেষ প্রয়োজনীয়, তাহা বলিলাম।

সু। মা! রাবণের নাকি দশ হাজার স্ত্রী এবং এক লক্ষ পুত্র ও সওয়া লক্ষ নাতি ছিল ?

জ্ঞা। উহা সম্পূর্ণ সত্য না হইলেও, বহু সংখ্যক স্ত্রী'বে ছিল, তাহার কোন সন্দেহ নাই। কারণ এখনকার কথাই বিবেচনা করিয়া দেখনা, বরিশালের একটা কুলীন ব্রাহ্মণের নাকি ১০৭টা বিবাহ হয়, এবং ব্রহ্মদেশের শৈবো সহরে এক বর্ষা মিউকের (ডেপুটি মাজিষ্ট্রেট) ৭০৮০টা স্ত্রী আছে ও প্রায় দুই শত ছেলে মেয়ে আছে, একথা কাল্পনিক নহে। আমরা উক্ত সহরে থাকিয়া জানি। ইহাতেই বুঝ, এখনকার এই সামান্য লোকের পক্ষে এত স্ত্রী ও পুত্র যদি সম্ভবে, তবে সেই ৭১৮ হাজার বৎসর পূর্বে হৃদান্ত একটা রাজার পক্ষে কেন সম্ভব হইবে না ? তাই বলি, যত লেখা আছে, ততটা না হইলেও কতক পরিমাণে সত্য হইবে।

সু। কি সর্বনাশ! লোকের কি পণ্ডপ্রবৃত্তি, মনুষ্যত্ব থাকিলে আর এরূপ করিতে পারে না।

জ্ঞা। তাহা সত্য।

সু। মা! হনুমান যেন এক লাফে 'লঙ্কা পার হইয়া' ছিলেন—, কিন্তু রামচন্দ্র সৈন্তসামন্ত লইয়া কিরূপে সমুদ্র পার হইলেন ?

জ্ঞা। রামায়ণে লেখা হইয়াছে যে, তিনি বানর ও ভালুকের সাহায্যে গাছ পাথর দ্বারা সমুদ্র বাঁধিয়াছিলেন, ও সেই সেতুর উপর দিয়া সৈন্তসামন্ত সহ পার হইয়াছিলেন, কিন্তু ইহা বিশ্বাস-যোগ্য নহে।

সু। তবে কিরূপে লঙ্কায় উপস্থিত হইলেন ?

জ্ঞা। আমরা যুক্তি দ্বারা যতদূর বুঝি, তাহাতে এই বোধ

হয়, সেতুবন্ধরামেশ্বর বলিয়া যেস্থান প্রসিদ্ধ, তাহাকে সাহেবেরা (Adam'sbridge) এডাম্‌সব্রিজ বা এডামের সেতু বলে। এই সেতুবন্ধ জলমাত্রে পর্কতমালা ভিন্ন আর কিছুই নহে। এই শৈলমালার মাঝে মাঝে অগাধ জল দৃষ্ট হয়; তাহার ভিতর দিয়া এখন জাহাজ যাতায়াত করে। হয়তো, পূর্বকালে এই পর্কতমালা আরো উচ্চ ছিল, সুতরাং বর্তমান প্রশস্ত জলপ্রণালী সকল অপেক্ষাকৃত খুব অপ্রশস্ত ছিল, অথবা খুব প্রশস্ত থাকিলেও অগভীর ছিল, হয়তো সেই অপ্রশস্ত প্রণালীগুলিতে সেতু বাধিয়া লঙ্কার উপস্থিত হইয়াছিলেন।

সু। কেন মা? সেকালে ঐ সকল পর্কত উচ্চ ছিল, জল-প্রণালী অপ্রশস্ত ছিল, আর এখন নিম্ন ও প্রশস্ত হওয়ার কারণ কি?

জা। বাপু! বর্তমান সময়ে চক্ষের উপর এমন অনেক ঘটনা হয়। যাহারা তাহা দেখিয়াছেন, তাহাদের নিকট এই প্রশ্নের উত্তর সহজ। দেখা যায়—যেখানে কোন দিন পর্কত ছিল না, ভূমিকম্প দ্বারায় তথায় হঠাৎ পর্কত উৎপন্ন হয়। আর যেখানে পর্কত ছিল, হয়তো তাহা মাটির নীচে বসিয়া গিয়া প্রায় সমতল ক্ষেত্রে পরিণত হয়। আমার বোধ হয়, কালক্রমে রামেশ্বরের সেতুবন্ধ পর্কতমালা ভূমিকম্পে জলমগ্ন হওয়ার, এখন আর লঙ্কার যাওয়া সহজ নহে। সেবার ভূমিকম্পে চট্টগ্রামের একটা জেলা ও পাহাড় জলমগ্ন হইয়া গিয়াছে।

সু। তা বুঝিলাম। ভূমিকম্পে পর্কত কিরূপে উৎপন্ন ও মাটির মধ্যে প্রোথিত হইয়া যায়?

জা। এবিষয় কিছু শক্ত। ইহা স্থলে মাঠার মহাশয়কে

জিজ্ঞাসা করিলে বুঝাইয়া দিবে। অথবা যখন ভূতঞ্চ পড়িবে, তখন বেশ বুঝিতে পারিবে। এ বিষয় তোমরা যখন স্কুলে উত্তম রূপে শিক্ষা পাইবে, তখন আমি আর উহার উত্তর দিতে ইচ্ছা করিনা,—আচ্ছা বল দেখি, এযাবৎ যাহা বলিলাম, তাহাতে তোমার কি শিক্ষা হইল ?

সু। মা ! তুমি হিসাব রাখ, আমি বলি।

১। কোন কাল্পনিক কুসংস্কারাপন্ন অসম্ভব কথা বিনা যুক্তিতে বিশ্বাস করিতে নাই।

২। রামায়ণ মহাভারত দেশের ইতিহাস নহে, উহা ধর্ম-বিষয়ক কাব্য মাত্র।

৩। আমাদের দেশের প্রকৃত প্রাচীন ইতিহাস নাই, কেবল অন্ত্যান্ত বিদেশীয় ভ্রমণকারীদের লিখিত বৃত্তান্ত হইতে যৎকিঞ্চিৎ আভাস পাওয়া যায়।

৪। ধর্মতঃ প্রতিজ্ঞা করিয়া সেই প্রতিজ্ঞা কিরূপে রক্ষা করিতে হয়। মিথ্যা কথা বলা ও সদাসর্বদা প্রতিজ্ঞা করা বড় দোষ। বহু বিবাহের বিষময় ফল রাজা দশরথের দৃষ্টান্ত দেখিয়া বেশ শিখিলাম।

৫। পুত্রের কর্তব্য কাজ কি কি, এবং পিতার আদেশ কি করিয়া পালন ও তদ্রূপ কিরূপে ত্যাগস্বীকার করিতে হয়, রামচন্দ্রের দৃষ্টান্তে তাহা বেশ শিখিলাম।

৬। ভ্রাতৃত্বভক্তি কি করিয়া দেখাইতে হয়, তাহা লক্ষ্মণের দৃষ্টান্তে শিখিলাম।

৭। প্রভুভক্তি কিরূপে দেখাইতে হয়, তাহা হনুমানের দৃষ্টান্তে বেশ বুঝিলাম।

৮। ছুরাচার ও দুর্কৃত্ত লোকের বংশ হইতে কিরূপ সত্যবাদী আয়পরাণ ধার্মিকের উৎপত্তি হয়, তাহা বিতীষণের দৃষ্টান্তে শিখিলাম ; এবং ত্রায়ের খাতিরে কিরূপ আত্মীয় বন্ধুগণ—এমন কি, নিজ পুত্রকে পর্য্যন্তও নিধন করিতে হয়, তাহাও বেশ বুঝিলাম ।

৯। ভূমিকম্পে পাহাড় উখিত ও অধোগামী হয়, এবং কি উপায়ে রাম লক্ষ্মাপার হইয়াছিলেন, তাহাও কতকটা বুঝিতে পারিলাম ।

জ্ঞা। আর কি ?

স্ব। আর নাই । এই কয়েকটাই ত ।

জ্ঞা। বেশ চিন্তা করিয়া দেখ, এক উৎকৃষ্ট দৃষ্টান্ত ভুলিয়াছ । বল মা কাদম্বিনী, তুমিও তোমার দাদার সঙ্গে বসিয়া আদ্যোপান্ত সমস্ত কথা শুনিয়াছ ; বল দেখি,—তোমার মনোযোগ ও শিক্ষার ইচ্ছা আছে কি না ?

কা। মা ! দাদা সীতার কথা ছাড়িয়া দিয়াছেন, সতী স্ত্রী কিরূপে রাজ্যধনু ছাড়িয়া তাঁহার পতির সঙ্গে বনে গিয়াছিলেন ও কিরূপে পতিভক্তি দেখাইয়াছিলেন, তাহা বলেন নাই ।

জ্ঞা। ঠিক, আর কি কাছ ?

কা। এমন সতীলক্ষ্মী সীতার চরিত্রে সন্দেহ করিয়া রাম সেই নির্দোষী সীতাকে নিষ্ঠুরের আয় জনশূন্য ভীষণ বনে রাখিয়া আসিয়াছিলেন, তাহাতে রামচন্দ্রেরও চরিত্রের কলঙ্ক হইয়াছে ।

জ্ঞা। আর কি ?

কা। বিমাতা যে পরের পরামর্শে ও হিংসা ঘেঘের বশীভূত

হইয়া গুণবান সতীনের ছেলের প্রতি কু-ব্যবহার করিতে পারে, তাহা শিখিলাম।

জ্ঞা। দেখ সুধীর! কাহু আমার কেমন সুবোধ! আমি যাহা বাহা বলিয়াছি, তাহা তোমার শিক্ষার জন্য, কাহুকে শিখাইবার জন্য নহে, তবু কাহু আমার কয়েকটি কথা মনে করিয়া রাখিয়াছে।

সু। মা! কাহু মেয়েছেলে, তাই যাহাতে তাহার সম্বন্ধ, সেই কথা মনে করিয়া রাখিয়াছে।

জ্ঞা। হাঁ, ঠিক কথা বলিয়াছ, আচ্ছা, বল দেখি কাহু! তোমার স্বামী যদি দুই বিবাহ করেন, তবে তুমি সতীনের প্রতি ও সতীনের ছেলের প্রতি কি কৈকেয়ীর মত ব্যবহার করিবে?

কা। (অধোবদনে নিরুত্তর)

জ্ঞা। কেন কাহু, লজ্জা কি? দেখি তোমার মনের গতি কিরূপ—বল না?

কা। মা! ও কথায় আমার লজ্জা করে, চুপ কর।

জ্ঞা। কোন লজ্জা নাই, তোমাকে বলিতে হইবে।

কা। আচ্ছা, এ কথার উত্তর আমি এখন বলিব না।

জ্ঞা। স্ত্রীলোকের কর্তব্য সম্বন্ধে তোমাকে যখন স্বতন্ত্র উপদেশ দিব, সেই সময় এ কথার আলোচনা হইবে। বাছা সুধীর! এসব কথা ভুলিবে না।

সু। না মা! কখনই ভুলিব না।





## দ্বিতীয় অধ্যায় ।

শারীরিক স্বাস্থ্য-বিধান ও খাদ্য-দ্রব্য-নির্বাচন ।

জ্ঞা। বাল্যকাল হইতে যে যে বিষয় শিক্ষার প্রয়োজন, তাহার মধ্যে সর্বাপেক্ষা একটা প্রয়োজনীয় বিষয়—শরীর-পালন, জল বায়ুর দোষ গুণ শিক্ষা করা, এবং খাদ্য-দ্রব্য-নির্বাচন করা ।

স্ব। কেন ?

জ্ঞা। প্রত্যেক ব্যক্তির পক্ষেই প্রথমে যাহাতে শরীর সুস্থ থাকে, এবং যে যে নিয়ম পালন করিলে সচরাচর কোন রোগ হয় না, তাহার চেষ্টা করা উচিত । কেন না, যদি শরীর সুস্থ থাকে, তবেই লোকের দেবকার্য বা ধর্মকার্য বল, কিস্বা বিদ্যানু-শীলন বল, সকলটু সুচারু রূপে সম্পন্ন হইতে পারে । আর শরীর অসুস্থ থাকিলে, তাহাকে অতুল ঐশ্বর্যের মধ্যে পুঙ্গ শয্যায় শয়ন করাইয়া রাখিলেও, তাহার আরাম নাই ও মনে শান্তি নাই । আর অল্প দিকে যাহার শরীর নীরোগ, এবং যে সুস্থকায়, সে যদি দিনান্তেও একবেলা আহার করে, তবুও তাহার মনে ক্ষুধা থাকে ।

স্ব। শরীর পালনে আচার শিক্ষা করিবার কি আছে, তাহা বুঝিলাম না । আমরা যে প্রকার আহার বিহার করিতেছি, ও নিদ্রা যাইতেছি, তাহাতেই বেশ আছি । কেন ? আমরা ত



শরীর পালন শিক্ষা না করিয়াই এত বড় হইয়াছি । পাড়াগাঁয়ে কি সহরেই বা কয়জনে শরীরপালন শিক্ষা করিয়া সেইমত চলিয়া থাকে ; তাহারা কি সকলেই অসুখী ? সে দিন বাঁড়ুয্যোদেব বাড়ীতে নিমন্ত্রণের মঞ্জলিসে এ বিষয় অনেক তর্ক হয় ।

জ্ঞা। কা'র সঙ্গে কি কি তর্ক হইল ? বল দেখি ?

সু। দই খাওয়া হইয়াছে, ক্ষীর সন্দেশ পরিবেশন করা হইতেছে, কয়েকজন ব্রাহ্মণে খুব ক্ষীর ও সন্দেশ টানিতেছে, লোকগুলির পেট টনটন করিতেছে, এমন কি, নিখাস ফেলিতেও কষ্ট হইতেছে ; তবুও সন্দেশের টান কমিতেছে না । তাহাতে আমাদের স্কুলের প্রথম শ্রেণীর ছাত্র প্রফুল্ল বলিল, “একে এই পরম, তাহাতে চারিদিকে কলেরা হইতেছে, আপনাদের কি একটুও ভয় করেনা ? এ পর্য্যন্ত যে পরিমাণ আহার করিয়াছেন, তাহাতেই অতিরিক্ত আহারে অসুখ হইতে পারে, আর এক্রূপ আহারে লাভ কি ?” তাহাতে বাঁড়ুয্যোদেব বড়কর্তা একটু চটিয়া বলিলেন,—“তোমরা স্কুলের ছেলে, বেশী বোকা, এবং আমাদের চেয়ে বিত্তা বুদ্ধি বেশী রাখ, তোমাদের সকলতাতেই অসুখ হয় । এত সাবধানে থাক, তবু তোমাদের ব্যারাম হয় কেন ?” দেখ আমরা কখনও স্কুলে পড়ি নাই এবং শরীর পালন বা স্বাস্থ্য-রক্ষার মুখও দেখি নাই, তবু আশী বৎসর বয়স হইতে চলিল, এখনও তোমাদের চেয়ে দ্বিগুণ আহার করিতে পারি । তোমাদের বয়সে আমরা লোহার কলাই হজম করিয়াছি । এখনই বা কম কি ? আহারাদির অনিয়মের জন্ত পীড়া হওয়া ভ্রম ; পীড়া যখন হয়, তখন অতিরিক্ত আহার না করিলেও হইয়া থাকে,” আবার না হইবার সময় হাজার অতিরিক্ত খাইলেও হয় না ।

বুড়া ঠাকুরের কথা শেষ হইতে না হইতেই, ও বাড়ীর হরিচরণ চাটুষ্যো বলিলেন, কেন বাপু? ছি! তোমরা দেখিতেছি যে ভোজনে কণ্টক ৷ একজন খরচ করিয়া, ব্রাহ্মণ ভোজন দিতে-ছেন, আর ব্রাহ্মণগণ আহার করিতেছেন, তাহাতে তোমরা বাদী হও কেন? মরেন—ওঁরাই মরিবেন; তাহাতে তোমাদের কি?

জ্ঞা। এ কথায় প্রফুল্ল কি বলিল?

সু। প্রফুল্ল অতি নম্র ভাবে বলিল,—“ভোজনকণ্টক হওয়া আমার উদ্দেশ্য নহে, তবে এই কথা বলি, আহার করা শরীর রক্ষার খাতিরে, স্মৃষ্টি খাণ্ডের খাতিরে নহে, সেই শরীর রক্ষা করিতে গিয়া যদি অতিরিক্ত আহার করিয়া স্বস্থ শরীরকে অস্বস্থ করায় আর লাভ কি?—বরং অত্যন্ত ক্ষতি।”

এ কথায় চাটুষ্যো মহাশয় বলিলেন,—“বেশ শিক্ষা দিয়াছ “বাপু! আর শিক্ষা চাইনা, আমরা এই ভাবেই কাটাইয়া যাইব; তোমরা আমাদের সাম্নে এমন জেঠামৌ করিও না, আমরা মরিয়া গেলে যাহা হয় করিও, আমরা দেখিতে যাইব না।”

এই কথা বলিষ্ঠতাই, এক ব্রাহ্মণ হড়্ হড়্ করিয়া বমি করিয়া দিল, আর সকলেই উঠিয়া দৌড়াইয়া প্রস্থান করিল।

জ্ঞা। তখন বড়কর্ত্তা ও চাটুষ্যো মহাশয় কি বলিলেন।

সু। তাঁহারা নিঃশব্দে আস্তে আস্তে চলিয়া গেলেন। কিন্তু গাঙ্গুলী ঠাকুর বলিলেন, যাই বল, “স্কুলের ছোঁড়ারা বা যা বলে তার অনেকটা ঠিক বটে; হাতে হাতেই তাহার প্রতিফল দেখা গেল।”

জ্ঞা। সুধীর! এখন জিজ্ঞাসা করি, এই তর্কবিতর্ক ও চাক্ষুষ ঘটনা প্রত্যক্ষ করিয়া তুমি কি বুঝিলে?

সু। বেশী আহার করিলে বমি হয় ।

জ্ঞা। বেশ শিখিয়াছ ত ? আরে অবোধ ! সকলেরই কি এক প্রকার অমুখ হয় ? অতিরিক্ত আহারে যে যে দোষ হয়— তাহা বলিতেছি ।

সু। তবে কি ?

জ্ঞা। বলিতেছি, শুন । প্রকৃত ঠিক কথাই বলিয়াছে ; তাহার বলার উদ্দেশ্য আহার করা—শরীর রক্ষা করা । যে যে দ্রব্য পুষ্টিকর, যাহা লঘুপাক অথচ সুখদ, তাহাই পরিমিত রূপে আহার করা উচিত । কতকগুলি গুরুপাক অসার জিনিস দ্বারা উদরপূর্ণ করা নিতান্ত অত্যাচার ।

সু। কোন্ কোন্ দ্রব্য লঘু পাক, কোন্ কোন্ দ্রব্য গুরু পাক, তাহা কি করিয়া জানিব ?

জ্ঞা। এ সকল ক্রমে শিক্ষার দরকার ; কিন্তু তোমাকে যে গুলির বিষয় বলি, তাহা স্মরণ রাখিও । নিজের ও অন্তান্ত বালক-বালিকাগণের যাহাতে তদনুযায়ী কাজ হয়, তাহা করিবে । ডাল, ভাত, মংস্য, মাংস, তরকারী, দুগ্ধ, ঘৃত প্রভৃতি খাদ্য লঘুপাক ও পুষ্টিকর ।

সু। কেন ? যি নাকি গুরুপাক ও অপকারী ?

জ্ঞা। বঙ্গদেশের অনেকেই যি গুরুপাক বলিয়া মনে করে, এবং খুব অল্প ব্যবহার করে । তবে পঞ্জাব ও হিন্দুস্থানের লোকে যিকে লঘুপাক মনে করে, এবং তাহারা অমুখ বা সুস্থাবস্থায় যি ভিন্ন তৈল ব্যবহার করে না ।

সু। ইহার কারণ কি ?

জ্ঞা। ইহার কারণ—দেশের জল বায়ুর দোষগুণ এবং

অভ্যাস, আর এক কারণ এই যে, বাংলাদেশে ঘৃত কম জন্মে ।

সু । • জলবায়ুর দোষ গুণ কি রকম ?

জ্ঞা । উত্তর পশ্চিম প্রদেশ ও পঞ্জাবের জল এত উৎকৃষ্ট যে, সেখানে খুব ক্ষুধা বোধ হয় । গুরু আহারাদি করিলেও পেটের অসুখ কম হয়, এবং জল হাওয়ার গুণে সে দেশের লোক খুব বলিষ্ঠ ও সুস্থকায় হয় ।

সু । তবে বঙ্গদেশের জল বায়ু কি ধারাপ ?

জ্ঞা । বঙ্গদেশের জল বায়ু যে ধারাপ, সে একশবার । নিম্ন-বন্ধের জল বায়ু আরও ধারাপ । সেজন্য দেখিতে পাওনা, সে অঞ্চলের পাড়ারগায়ের লোকেরা এক বেলা আহার করিয়া অল্প বেলা আহার করিতে চান না । ক্ষুধা বোধ হয় না, শরীর নিতান্ত দুর্বল, অনেকেই অল্পপিত্তের ব্যারাম আছে ।

সু । একি কেবল জল বায়ুর দোষ ? না অন্য কারণ আছে ?

জ্ঞা । এ বিষয় পরে বলিতেছি । আগে খাদ্যদ্রব্যের লঘুপাক সুবন্ধে বলিতেছি,— যি প্রকৃত পক্ষে কিছু গুরুপাক হইলেও যতটা মনে করা হয়, ততটা নহে, টাটকা গেয়ে যি অল্প পরিমাণে প্রতি-দিন গরম ভাতের সঙ্গে খাইলে শরীরে খুব বল হয়, ও শরীর সবল ও পুষ্ট হয় ।

সু । হাঁ, যি তবে বড় উপকারী ; তা হইলে আমরা যোজ্য কেন যি খাইনা ?

জ্ঞা । কটু যি, ভেজাল, যি, গুরগো যি, কাঁচা যি না খাওয়াই ভাল ।

সু । কাঁচা খেলে কি হয় ?

জ্ঞা। এরূপ ঘি কাঁচা খেলে, বুকজালা করে, হজমের ব্যাঘাত হয়, ও অম্লপিত্তের ব্যারাম হয়। আর কাহারও কাহারও পেটের অসুখ হয়।

সু। বেশ কথা কটু ও পুরাণ ঘি কখনও খাবনা, ভেজাল কি রকম ?

জ্ঞা। অনেক ছুঁই দোকানদার ও গোয়ালাগণ দিতে চর্কি মিশায়, তাহাতে ঘি খারাপ হইয়া অখাদ্য হয়।

সু। ভেজাল ঘি কি রকমে জানিব ?

জ্ঞা। ভেজাল ঘি কি রকমে জানিবে, ভেজাল ঘির রঙই স্বতন্ত্র। তাহার গন্ধ বিগড়াইয়া যায়, এবং একটু জিহ্বায় দিলেই খাঁটী কি ভেজাল, তাহা জানা যায়।

সু। তবে কি খরিদের সময় বেশ করিয়া দেখা উচিত ?

জ্ঞা। তা উচিত নয়ত কি ? পয়সা দিয়া খারাপ জিনিস খরিদ করিয়া আনিলে নিজের অনিষ্ট হয়। তুমি বাঁচ কি মর, আমাদের দেশের দোকানদার তাহার জন্ত এক তিলও ভাবে না। কিন্তু বিলাতী দোকানদারগণ এ বিষয়ে বড় ভাল। সর্ব সাধারণের যাহাতে অপকার হইবে, কখনও তাহা বিক্রী করে না, করিলে সাজা পায়।

সু। কেন ? আমাদের দেশের দোকানদারেরা সাজা পায়না কেন ?

জ্ঞা। কোথায় সাজা পায় ? আজ কাল কলিকাতা প্রভৃতি বড় বড় সহরে সাহেবদের তাড়নায় অনেক দেশী লোকের চৈতন্ত হইয়াছে, তাই ছুই চারিটা দোকানদার খারাপ খাদ্য বিক্রয়ের জন্ত সাজা পাইতেছে।

হু। আমাদের দেশীয় দোকানদারগণের এরূপ হইবার কারণ কি ?

জ্ঞা। ১০ কারণ আর কিছুই নহে—মূর্থতা, শিক্ষার অভাব, ও দেশের লোকের অজ্ঞতা ও উদাসীনতা ইহার প্রধান কারণ। আর এক কারণ, লোভের বশবর্তী হইয়া অধর্ম্মাচরণশিক্ষা।

হু। যদি ভাল ঘি না মেলে, তবে কি করিবে ?

জ্ঞা। ভাল ঘি না পাইলে কাঁচা ঘি কখনই পাতে খাবে না। ঘির প্রতি সন্দেহ হইলে সেই ঘি বেশ গরম করিয়া জ্বালাইয়া তাহার মধ্যে কয়েকটা লেবুর পাতা দিলে, ঐ ঘি বিশুদ্ধ হয়। লেবুর পাতায় ঘির দুর্ঘণীয় ভাগটা শোধন করিয়া লইয়া ঘি কে বিশুদ্ধ করে।

হু। ঘি অল্প কিরূপে খাওয়া যায় ?

জ্ঞা। ডাল, মাংস ও তরকারী প্রভৃতিতে সম্ভারে ঘি খাইলেও শরীর পুষ্ট হয়। পীড়িতাবস্থায় বা অজীর্ণদোষ যাহাদের আছে, তাহাদের কখনই কাঁচা ঘি খাওয়া উচিত নহে। স্নাত-পক দ্রব্য খাওয়া উচিত। পেটের অসুখ বা তরুণজনে কখনই ঘি খাইবে না,—এ কথা বেশ স্মরণ রাখিবে। পিস্তল ও কাঁসার পাত্রে ঘি রাখিলে উহা কটু হয়, এবং যখনই ঘি খাইবে, গরম করিয়া খাওয়া উচিত, ঠাণ্ডা ঘি খাবে না, উহাতে পিত্তিবৃদ্ধি হয়।

হু। বুঝিলাম, এবং ঘির দোষ গুণও বেশ শিখিলাম; কিন্তু পিত্তিবৃদ্ধি কাকে বলে ?

জ্ঞা। পরে বলিব।

হু। না! ডাল কোন্টা ভাল—কোন্টা মন্দ—তাহা বুঝাইয়া বল।

জা। বঙ্গদেশের অনেক স্থানে নানা প্রকার ডালের প্রচলন। ঢাকা ও বরিশাল জেলায় মসুরির ডাল, কলিকাতা ও হুগলীতে কলাইএর ডাল, রাজসাহী, ফরিদপুর ও বশোহরে মটরের ডাল, ও রঙ্গপুর, দিনাজপুর প্রভৃতি স্থানে, খেসারীর ডালের প্রচলন। হিন্দুস্থানীরা অরহরের ডালের বেশী ভক্ত দেখিতে পাওয়া যায়। তবে—মসুরীর, মুগের ও বুটের ডালই সর্বশ্রেষ্ঠ। মসুরের ডালে নাকি ত্রিদোষ নষ্ট করে। ইহা লঘুপাক ও বলকারক। কবিরাজেরা বলেন, মসুরের ডাল বায়ু, পিত্ত কফ নষ্টকারক।

স্ব। মা! এখন ছুধের বিষয় বল, ছুধের কি দোষ গুণ?

জা। হাঁ! বেশ কথাই মনে করিয়াছ। ঋক্ষ দ্রব্যের মধ্যে ছুধই সর্বপ্রধান এবং সর্বাপেক্ষা উপকারী।

স্ব। কি গুণে ছুধ সর্ব শ্রেষ্ঠ?

জা। শরীর রক্ষার জন্য যে, যে দ্রব্যের আবশ্যক, ছুধের মধ্যে তাহার সমস্তই পাওয়া যায়। শরীররক্ষোপযোগী, জল, চিনি, লবণ ও তৈলাক্ত পদার্থ প্রভৃতি আরও অনেক দ্রব্য ছুধের সঙ্গে মিশ্রিত আছে।

স্ব। ছুধের মধ্যে যে এই সব দ্রব্য আছে, তাহার প্রমাণ কি?

জা। আমাদের দেশীয় লোকে ইহার বড় খোজ খবর রাখিত না; কিন্তু সাহেবেরা রাসায়নিক পরীক্ষা করিয়া ঠিক করিয়াছেন, যে ছুধের মধ্যে কোন্ জিনিসের কত অংশ আছে।

স্ব। এই সকল যে ছুধে আছে, তাহার প্রমাণ কি সাহেবেরা অনুমানে ঠিক করিয়াছেন?

জ্ঞা। হুধের রাসায়নিক প্রক্রিয়া কি করিয়া করে, আমি তাহা জানি না, তবে মোটামুটি যাহা দেখিতে পাই তাহাই বলি ; প্রথমে দেখ, হুধের মধ্যে জল আছে কি না—হুধের মধ্যে তেঁতুল দিয়া ছানা প্রস্তুত করিতে দেখ নাই, আমরা অনেক দিন ছানা প্রস্তুত করিয়াছি ।

স্ব। হাঁ ! দেখিয়াছি ।

জ্ঞা। হুধ জমিয়া ছানা হইলে বাকী কি থাকে ?

স্ব। জল ।

জ্ঞা। সেই জল বিশুদ্ধ জল নহে ; তাহাতে চিনি লবণ প্রভৃতি মিশ্রিত এবং কেজিন নামক এক প্রকার পদার্থ আছে ; যাহা হউক, হুধে যে জল আছে তাহার সন্দেহ নাই ।

স্ব। ঠিক । আচ্ছা—তবে চিনি যে আছে, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা। চিনি যে আছে, তাহার প্রমাণ হুধ মিষ্ট লাগে ; বিশুদ্ধ জলে চিনি নাই, তাই মিষ্ট লাগে না । হুধ জাল দিয়া গাঢ় করিলে মিষ্ট লাগে, কেন না জল শুকাইয়া যায় ।

স্ব। বেশ বুঝিলাম,—লবণের প্রমাণ কি ?

জ্ঞা। লবণ খুব কম মাত্রায় আছে ; নষ্ট হুধ জাল দিয়া শুকাইলে একটু লোণা আশ্বাদ লাগে,—তাহা বুঝি জান ?

স্ব। জানি ।

জ্ঞা। হুধে যে তৈলময় পদার্থ আছে, তাহা আর বলিতে হইবে না ; কারণ দেখিতে পাওয়া যায়, হুধ হইতে মাখন, এবং মাখন হইতে বি প্রস্তুত হয় । হুধে যে পণির আছে, তাহার প্রধান প্রমাণ ছানা ।



সু। তবে—বেশ বুকিলাম, দুধে জল, চিনি, ঘি, পণির ও লবণ প্রভৃতি আছে।

জ্ঞা। পৃথিবীতে যত রকম খাদ্য ও পানীয় আছে তন্মধ্যে দুধ এই জন্ত সর্বপ্রধান, কারণ একমাত্র দুধ পান করিয়াই লোকে বাঁচিতে পারে, তাহা দ্বারা শরীরের কোন হানি হইবার সম্ভাবনা নাই; তাই সর্বশক্তিমান পরমেশ্বর দয়া পূর্বক স্ত্রী-জাতির স্তনে দুধ সৃষ্টি করিয়াছেন। তাতেই সন্তানগণ ভূমিষ্ঠ হইয়া ঐ দুধ পান করতঃ ক্রমে সবল ও পুষ্ট হয়। মাতার দুধে ঐ সকল জিনিস না থাকিলে শিশুর বাঁচিবার কোন সম্ভাবনা ছিল না, এবং তজ্জন্তই দেখা যায়, কোন কোন সাধু পুরুষ আজীবন দুধ পান করিয়াই জীবন ধারণ করেন।

সু। হাঁ মা! দুধ তবে এমনই জিনিস? আচ্ছা! গাইয়ের দুধ ও মাতৃস্তনের কি একই রকম গুণ?

জ্ঞা। ঠিক একই প্রকার; তবে মায়ের দুধে জলের ভাগটা কিছু বেশী, তাই পাতলা দেখা যায়, নতুবা আর সমস্ত প্রায় গাইয়ের দুধের মত।

সু। মায়ের দুধ পাতলা হইবার কারণ কি?

জ্ঞা। মায়ের দুধ পাতলা হইবার কারণ এই যে, সহজে জীর্ণ হইবার উপযোগী করিয়া বিধাতা সৃষ্টি করিয়াছেন, নতুবা শিশুর পেটে পীড়া হইবার খুব সম্ভাবনা থাকিত। মাতৃদুধের অভাবে সন্তজাত শিশুকে গাধার দুধ খাওয়াইতে পারা যায়। গাধার দুধ না মিলিলে গাইয়ের দুধ দুই ভাগ ও জল এক ভাগ মিশাইয়া দেওয়া যাইতে পারে।

সু। আচ্ছা—আমি আর এক কথা জিজ্ঞাসা করি,—আমরা

যখন ব্রহ্মদেশে ছিলাম, তখন দেখিয়াছি, সন্তান জন্মিবার দ্বিতীয় কি তৃতীয় দিবসেই বর্ষারা সন্তানকে ভাত খাওয়াইতে আরম্ভ করে। আমাদের দেশের ছেলেদের গাইয়ের দুধের সঙ্গে জল না মিশাইয়া দিলেই অস্থ হইয়া, আর তাহাদের ভাত খাইয়াও অস্থ হইয়া না কেন ?

জ্ঞা। সুধীর ! তুমি যাহা জিজ্ঞাসা করিয়াছ, তাহা প্রকৃতই আশ্চর্য্যের বিষয় বটে, একথা আমরাও ভাবিয়া থাকি। শিশুদের দাঁত না উঠা পর্য্যন্ত তরল দ্রব্য ভিন্ন অন্য আহার দিবে না, কিন্তু দাঁত উঠিলেই ভাত ইত্যাদি হজম করিবার শক্তি জন্মে,—ইহাই বিজ্ঞান ও যুক্তিসঙ্গত। ৭।৮ মাসের সময় দাঁত উঠিবারকালে অন্ত্রপ্রাশন দেওয়াই আমাদের দেশের রীতি, কিন্তু বর্ষাতে সন্তান ভূমিষ্ঠ হইবার দ্বিতীয় কি তৃতীয় দিবসেই অন্ত্রপ্রাশন হয়,—তাহা এক আশ্চর্য্যের বিষয় বটে ; কিন্তু অভ্যাস ও দেশাচার কথা দুইটা বড়ই চমৎকার। অভ্যাসদ্বারা স্বাভাবিক নিয়মের পরিবর্তন হইয়া অভ্যাসই দ্বিতীয় স্বভাবরূপে পরিণত হয়। অভ্যাসদ্বারা না হইতে পারে, এমন কিছুই নাই ; বোধ হয়, আসাম দেশের ছেলেপিলেকে অভ্যাস করাইলেও ঐরূপ হইতে পারে, কিন্তু সুধীর ! মনে রাখিও, দুধ বলিলেই সকল দুধ এক রকমের নহে ; দুধবিক্রেতাগণ দুধে নানা রকম ভেজাল দেয়। দুধে সময় সময় পোকা দেখা যায়, উহা আর কিছুই নহে,—দুধে যে পচা জল মিশ্রিত করা যায়, তাহারই পোকা।

সু। আহারীয় দ্রব্যের মধ্যে আর কি এমন কিছু নাই, যাহা খাইয়া লোক বাঁচিতে পারে ?

জ্ঞা। আহারীয় জিনিসের মধ্যে দুধের নীচেই আনু।

সু। কোন আলু?

জ্ঞা। গোল আলু।

সু। গোল আলুতে কি কি জিনিস আছে?

জ্ঞা। খেতসার, চিনি, লবণ, এবং যবক্ষারযানবটিত অস্ত্রান্ত্র এমন দ্রব্য আছে, যাহা খাইয়া লোক কিছুদিন জীবনধারণ করিতে পারে।

সু। আলুর নীচে আর কি কি খাদ্যদ্রব্য উৎকৃষ্ট?

জ্ঞা। আলুর নীচে মাংস। আলুতে যাহা আছে, মাংসে তাহা নাই, আবার মাংসে যাহা আছে আলুতে তাহা নাই, মাংস যে খুব পুষ্টিকর ও বলকারক খাদ্য, তাহাতে আর সন্দেহ নাই। কিন্তু এক মাংস খাইয়া লোক অনেক দিন বাঁচিতে পারে না।

সু। মাংসে কি কি আছে?

জ্ঞা। চর্বি, নাইট্রোজেন ও ফস্ফরাস ইত্যাদি আছে।

সু। মাংস কি গুরুপাক—না লঘুপাক?

জ্ঞা। তাহা মাংস বুঝিয়া। এক এক জন্তুর মাংস এক এক গুণবিশিষ্ট। আমাদের দেশের হিন্দুগণ পাঁঠা ও ভেড়ার মাংস ব্যবহার করেন। তৎসম্বন্ধেই এখন বলিব। পাঁঠার মাংস কিছু গুরুপাক বলিয়া মনে করা যায়,—তাহার কারণ, ঘির বিষয় যে উত্তর দিয়াছি, মাংস সম্বন্ধেও তাহাই খাটে। সাহেব ও মুসলমানগণ পাঁঠার মাংস গুরুপাক বলিয়া মনে করেন। মাংস তাহাদের নিত্য ব্যবহারের জিনিস, মাংস ভিন্ন সাহেবদের খানাই হয় না; কিন্তু আমাদের দেশে যে রূপ মাংস খাওয়ার রীতি আছে, তাহা উল্লেখযোগ্য নহে। শল্লীগ্রামের লোকে পূজা-পর্ক-উপলক্ষে

মাংস চক্ষে দেখেন, তাহাও কাহারও ভাগ্যে কিছু বেশী জুটে, কেহবা হাড় খানাও পান না ।

স্ব । কেন ?

জ্ঞা । পল্লীগ্ৰামের পূজা-উপলক্ষে দুই একটা পাঁঠা বলি হইলে, হয় ত শতাধিক ব্রাহ্মণ ও দুই তিন শত গুহ্র নিমন্ত্রিত হয়, ব্রাহ্মণদের আহার হইলে পর যাহা অবশিষ্ট থাকে, তাহাই বাজে লোকে পায় । অনেক সময় ব্রাহ্মণদেরই পেট ভরে না, তা' আবার গুহ্রেরা কি খাইবে ! আর ছ'মাস এক বৎসরান্তে যেরূপ পেট ভরিয়া যায়, তাহাতে কাহারও কাহারও হয় ত, দুই দিন ক্ষুধাই হয় না । কাহারও বা পেটে অসুখ হয়, কেবল মাংস নয়, মাংসের সঙ্গে অশ্রান্ত জিনিস গুরুতর ভোজন করিলে মাংস সহজেই গুরুপাক হইয়া উঠে, এজন্য মাংসের প্রতি কুসংস্কার আছে, যে মাংস সহজে হজম হয় না,—ইত্যাদি । আর এক কথা—আমাদের দেশের মাংস রন্ধনের রীতিও আপত্তিজনক ; কেন না মাংসে গরমমসলা ও ঘূতের ভাগ এতই বেশী দেওয়া হয় যে, মাংসের কোলের পরিবর্তে ঘি ও মসলার কোলই খাইতে হয়, কাজেই লোকের তাহা হজম হইবে কেন ?

স্ব । মাংসে তবে গরম মসলা কি ধারাপ ?

জ্ঞা । না—গরমমসলাকে আমি ধারাপ বলি না ; বরং অল্প-মাত্রায় গরমমসলা দিলে মাংস হজমের পক্ষে সহায়তা করে ; কারণ, আমরা দেখিতে পাই, পেটের অসুখ ও হজমের যত ঔষধ আছে, তাহার প্রায়ই এলাচি, দারুচিনি, লবঙ্গ প্রভৃতি গরম-মসলা দ্বারা প্রস্তুত ।

স্ব । মাংসে তবে কি পরিমাণ গরমমসলা দেওয়া উচিত ?

জ্ঞা। কতটুকু মাংসে কত টুকু গরমমসলা দিবে, তাহা পাক-রাজেশ্বর বা পাক-প্রণালীতে আছে; সাহেবেরা প্রায়ই ওজনমত সমস্ত মসলা দিয়া পাক করে, তবে ভ্রামাদের, দেশের সর্বসাধারণের পক্ষে তাহা খাটে না। কেবল একটু আন্দাজ ও বিবেচনা করিয়া দিলেই যথেষ্ট। মাংসের ঝোল যাহাতে বিশ্বাদ ও গাঢ় না হয়, তাহা একটু বিবেচনা করিয়া পাক করিলেই হইল। এ সম্বন্ধে বেশী বলা নিম্প্রয়োজন; কারণ তোমরা ছেলে মানুষ, ও পুরুষ ছেলে, এখন তোমাদের পাকপ্রণালী শিক্ষার সময় নহে। ক্রমে ক্রমে দেখিয়া শুনিয়া শিখিতে পারিবে। আর তোমাকে একথা বলাও আমার উদ্দেশ্য নহে, তবে মোটামুটি সাদাসিদে কথাগুলি মনে রাখিবে।

সু। যি ও দুধে যেমন ভেজাল থাকে, এবং তাহা দ্বারা শরীরের অনিষ্ট হইবার সম্ভাবনা থাকে, মাংসে সেরূপ কোন ভয়ের কারণ নাই।

জ্ঞা। বাঃ! আছে নয় ত কি?

সু। কি রকম?

জ্ঞা। যি ও দুধ অপেক্ষাও মাংসে বেশী ভয়ের কারণ আছে; কেন না কসাইয়েরা সময় সময় বৃদ্ধ, পীড়িত বা ভিন্ন জাতীয় জন্তুর মাংস এমন কি মৃত জন্তুর মাংসও বিক্রয় করিয়া থাকে। অতএব মাংস কিনিতে হইলে খুব সাবধানে কিনিবে।

১। দেখিবে, মাংস টাটকা না বাসি। টাটকা মাংসের গন্ধ ও রঙের সহিত বাসি মাংসের রং ও গন্ধ বিষয়ে বিভিন্নতা আছে।

২। যে জন্তুর মাংস বলিয়া কিনিবে, তাহাতে অল্প মাংস ভেজাল আছে কি না?

৩। যে জন্তুর মাংস বিক্রয় হইতেছে, তাহার মাথা ও লেজ পরীক্ষা করিবে। কিন্তু ধূর্ত বিক্রেতাগণ আবার লোক দেখানের জন্ত লেজ ও মাথা রাখিয়া হয় ত মাংসের সঙ্গে নানারূপ খারাপ মাংস মিশায়।

৪। জন্তুটা বৃদ্ধ বা পীড়িত ছিল কি না?—তাহা দেখিবে।

৫। জাতীয় জন্তু হইলে ঐ জন্তু গর্ভিণী ছিল কি না?—দেখিবে।

স্ব। কেন?—দেখিবার আবশ্যক কি?

জ্ঞা। আবশ্যক আছে। এসব দেখিয়া না থাইলে চাই কি—হিতে বিপরীত হইতে পারে। কেন না, মাংস খাওয়ার উদ্দেশ্য—শরীরের পুষ্টি সাধন করা, যদি তুমি বাসি বা পচা মাংস খাও, তাহা হইলে তোমার পরিপাকের ব্যাঘাত হইবে। যদি তুমি বৃদ্ধ বা রোগা জন্তুর মাংস খাও, তাহা হইলে তোমার শরীরে সেই রোগগ্রস্ত জন্তুর রোগের সৃষ্টি হইতে পারে। হয় ত, সংক্রামক-ব্যধিগ্রস্ত জন্তুর মাংস খাইলে তোমার সেই ব্যাধি হইতে পারে। আবার পাঁঠার মাংস বলিয়া কশাইগণ শৃগাল কুকুরের মাংস বিক্রয় করিতে পারে। তাহাতে তোমার প্রবৃত্তি কত দূর বিগড়াইয়া যাইবে, অবশ্য বুঝিতে পার। তুমি টের পাইলে হয় ত বমি করিতে করিতে অস্থির হইবে, অথবা চিরকালের জন্ত তোমার মাংসের উপর ঘৃণা জন্মিবে, সত্য কি না?

স্ব। হাঁ! বেশ বুঝিলাম, একথা আমি বেশ স্মরণ রাখিব। কেন না, মাংস অপেক্ষা জন্তু খরিদ করিয়া তাহা মারিয়া প্রস্তুত করিয়া লওয়াই উচিত।

জ্ঞা। হাঁ! বেশ কথা; কিন্তু সকলের অবস্থায় একটা পাঁঠা

মারা ঘটনা উঠে না । এবং ঘটলেও একটা পাঁঠা খাইয়া শেষ করা যায় না । যদি ঘরেও পাঁঠা মারা হয়, তবুও জন্তুটা স্তুষ্ট কি—না, দেখিয়া মারিবে । নতুবা রোগা পাঁঠায় অনিষ্ট হইতে পারে । এবিষয়ে ঘিহদিরা বড় সাবধান । তাহারা বাজারের মাংস খায় না । মোল্লা দ্বারা জবাইকরা মাংস ভিন্ন অন্য মাংস তাহারা খায় না । মোল্লাও এমনই সাবধান ও শিক্ষিত যে কোন জন্তুর রোগ থাকিলে তাহা সে দেখিলেই টের পায়, এবং সন্দেহ স্থলে সে কখনই জন্তু জবাই করে না । কোন জীবহত্যা করিয়া আহার করা অনেকে পছন্দ করে না, কিন্তু কাটিয়া দিলে খাইতে আপত্তি নাই ।

সু । পূজা উপলক্ষে যে সব পাঁঠা কাটা হয়, তাহাতে কোন দোষ নাই ।

জ্ঞা । তাহাতে নানা রোগা পাঁঠা কাটা হয় ; সে সব না কাটাই ভাল ।

সু । মাংসের পর কি ?

জ্ঞা । মাংসের পরই মাছ । মাছ নানা প্রকার আছে,—তন্মধ্যে নানা প্রকার চুণা মাছ, কই, মাগুর, রুই, বাইন ও শোল প্রভৃতি মাছ বিশেষ পুষ্টিকর । অত্যন্ত অনেক রকম মাছ আছে, তাহার অধিকাংশই উপকারী নহে, বরং কোন কোন মাছ অপকারী ।

সু । চুণা মাছ কোন গুলি ?

জ্ঞা । চুণা মাছ একটা সাধারণ নাম, ‘চুণা অর্থাৎ চুণের মত সাদা,’ ছোট ছোট যত রকম মাছ আছে, সকলই স্বাস্থ্যের পক্ষে উপকারী—যেমন মোরুজা, বেলে, চাঁদা, চাঁপলে, ধলুশে, বাতাসী ইত্যাদি ।

সু। মাছ সম্বন্ধে বাছনি চলে না।

জ্ঞা। মাছ অতি ক্ষুদ্র জন্তু, তাহার বাছনি চলে না বটে ; কিন্তু তবুও পচা জলের মাছ, বা দূষিত মাছ খাইতে নাই। যে সমস্ত মাছ নানারূপ অখাদ্য খায়, তাহা খাওয়া উচিত নহে, মাছ যাহারা খায়, প্রকারান্তরে তাহার সকলই খায়। কেন না, মাছ নানাপ্রকার ময়লা খায়। ঐ সব ময়লা মাছের শরীরে রক্তমাংসে পরিণত হয়, এবং সেই মাছ খাইলে প্রকারান্তরে সকল জিনিস খাওয়া হয়, ফলতঃ—বিবেচনা না করিয়া যে সে মাছ খাইলে অসুখ হইবার সম্ভাবনা।

সু। মাছ মাংস না খাইলে কি চলে না ? সেদিন আমাদের স্কুলের পণ্ডিত মহাশয় ও হেড্‌মাষ্টার মহাশয়ের ভিতর এ বিষয় অনেক তর্কবিতর্ক হইতেছিল।

জ্ঞা। তাহাতে কে কি বলিলেন ?

সু। হেড্‌মাষ্টার বলিলেন, “কাল মাংস খাইয়া পেটের অসুখ হইয়াছে,—পেট ফেঁপেছে—দুই তিনবার দান্তও হইয়াছে। তাহাতে পণ্ডিত মহাশয় বলেন, ‘এটা পাপের ফল’। দেখুন দেখি হাতে হাতে ফলিয়াছে। সেই জন্যই বৃথা মাংস খাইতে নাই।

জ্ঞা। তাহাতে হেড্‌মাষ্টার কি বলিলেন ?

সু। তাহাতে হেড্‌মাষ্টার বলিলেন “কেন ? কোন দেব-দেবী-সম্মুখে বা বেলতলায় বা বটতলায় পাঁঠাটি কাটিলেই তাহা শুদ্ধ হইল, আর যেখানে সেখানে কাটিলেই তাহা বৃথা হইল ? ফলতঃ—দেব দেবীর উপলক্ষে যে পাঁঠা রাখা হয়, এবং পূজার বলি দিয়া ভোগান্তে যাহারা প্রসাদ বলিয়া খায়, তাহার একথা বলিতে পারে বটে ; কিন্তু যাহারা পাঁঠাটি আগে হইতে ‘খাব’



বলিয়া খরিদ করে, এবং পরে নামমাত্র দেবীর নামে উৎসর্গ বা অন্সর্গ করিয়া কোন মতে এক কোপ মারিয়াই, আনন্দে আহ্বারের বন্দোবস্ত করে, তাহাদের মতে আশ্ব ধর্মই কি—আর অধর্মই কি—আর উৎসর্গই বা কি ? তাহাদের সেই মত কাটা-পাঁঠা ও আমাদের যেখানে সেখানে কপটতাবিহীন কাটা-পাঁঠা একই প্রকার। আমাদের কাটা মাংসকে বৃথা, আর আপনাদের কপটীচায়ে কাটা মাংসকে কেহ শ্রদ্ধ বলিয়া মনে করিবেন না।”

জ্ঞা। পণ্ডিত এ কথায় কি উত্তর দিলেন ?

স্ব। তবুও পরমেশ্বরের নাম করিয়া পাঁঠাটি কাটিলে জীব-হত্যার পাপ হয় না। আপনারা যেক্রপভাবে পাঁঠা কাটেন, তাতে বড়ই পাপ হয়।

জ্ঞা। মাঠার মহাশয় কি বলিলেন ?

স্ব। ষাওয়ার জন্ত জীবজন্তুহত্যা যদি পাপ বলিয়াই ধরেন, তবে দেবার্চনার নাম করিয়াই হউক, অথবা অল্প কোন ধর্মলাভ হইবে বলিয়াই হউক, সকল বিষয়ই পাপ। কেন না দেবদেবী আর কখন পাঠা খান না, বা কাটিতেও বলেন না,—এটা লোকের স্বার্থসিদ্ধির ছলনামাত্র। তাই পাঁঠাকাটা ধর্মের একটা অঙ্গ হইয়া দাঁড়াইয়াছে। এবিষয়ে বৈষ্ণবগণ অতি শ্রেষ্ঠ, তাহারা হিন্দু হইলেও কালীপূজার সময় পাঁঠাকাটা চক্ষে দেখিতে পারেন না। পাঁঠাকাটা একটা শাস্তিক দৃষ্টান্ত।

জ্ঞা। এ কথায় পণ্ডিত মহাশয় কি বলিলেন ?

স্ব। পণ্ডিত মহাশয় বলিলেন, “বলিদান করিয়া মাংস ষাওয়া শাস্ত্রে আছে, এবং অনর্থক পাঁঠা কাটিয়া থাইলে শাস্ত্রানুসারে পাপ হয়—এই পর্য্যন্ত বুঝি। যুক্তি তর্কের ধার ধারি না ;

ইহাতে মাষ্টার মহাশয় বলিলেন, “বৈষ্ণবগণ কি হিন্দু নহেন ?  
তঁাহারা তবে কি শাস্ত্র বিরোধী ?”

জ্ঞা। • পণ্ডিত মহাশয় কি উত্তর দিলেন ?

স্ব। পণ্ডিত মহাশয় বলিলেন—“তঁাহারাও হিন্দু । তঁাহারা  
শাস্ত্র মত কি—তাহা বিশ্বাস করেন না, এবং শক্তিপূজা না করিয়া  
বিষ্ণু পূজা করেন ; কিন্তু বৈষ্ণবধর্মে জীবহিংসা করা নিষেধ ।  
তবে তঁাহারা মাছ খান কেন ? মাছ কি আর জীব নহে ?”

জ্ঞা। মাষ্টার মহাশয় কি বলিলেন ?

স্ব। তিনি বলিলেন, “তাহা ঠিক, বিজ্ঞগণ বলেন, মাছ খাই-  
লেও জীবহত্যার পাপ কতকটা হয় । তবে মাছ ক্ষুদ্র জন্তু, এবং  
তাহা প্রায়ই মৃতাবস্থায় খরিদ করা হয়, সুতরাং জীবহত্যার পাপ  
হয় না ।” পণ্ডিত মহাশয় বলিলেন, “সে কথা নহে, আমরা খাই  
বলিয়াই মৎস্যজীবীগণ মাছ ধরে । আমরা না খাইলে তাহারা  
বিক্রয় করিতে পারিবে না বলিয়া কখনই এত লক্ষ লক্ষ জীবহত্যা  
করিত না । যঁাহারা মাছ ক্রয় করিয়া খান, পাপটী প্রকারান্তরে  
তঁাহাদের উপর বৰ্ত্তে ।” এ কথায় মাষ্টার মহাশয় বলিলেন—  
“জীবহত্যার ভয়ে যঁাহারা মাংস খান না, তঁাহাদের মাছ খাওয়াও  
উচিত নহে, ‘একথা সত্য’ তাহার সন্দেহ নাই ।

জ্ঞা। তাহার পর ?

স্ব। তাহার পর আমরা চলিয়া আসিলাম, শেষে কি কি  
কথাবার্তা হইয়াছিল, তাহা জানি না । মা ! তবে মাছমাংস  
খাওয়া কি অভ্যাস ?

জ্ঞা। বাপু ! এ এক বিষম সমস্যা । অনেক দিন হইতেই  
বলিয়া আসিতেছি যে ইহার মীমাংসা করা কঠিন । এ বিষয়ে

প্রবৃত্তি ও দৃঢ় ধর্মবিশ্বাসের প্রয়োজন করে। ষাঁহাদের প্রবৃত্তি হয় না, এবং অকপটচিত্তে ধর্মবিশ্বাসের বশবর্তী হইয়া পাপ মনে করেন, তাঁহাদের মংসমাংস না খাওয়াই কর্তব্য। আর ষাঁহাদের প্রবৃত্তি প্রবল, অথচ ধর্মবিশ্বাস দুর্বল, তাঁহাদের পক্ষে উহা না খাওয়া বিড়ম্বনা মাত্র। কেবল লোক দেখান ভণ্ডামী। তাহাও বেশী দিন টেকে না, এবং টিকিলেও মনে শান্তি থাকে না। দেখিলেও হয় ত খাইতে ইচ্ছা হয়। কেবল লোক দেখান দরকার বলিয়া হয় ত একটু সংযত হইয়া থাকেন মাত্র।

স্ব। যদি মাছমাংস না খে'লেও চলে, তবে অনর্থক কেন জীবহত্যাপাপে লিপ্ত হওয়া ?

জ্ঞা। হাঁ! ছুধ, বি ও শাক শাকী যথেষ্ট পরিমাণে খাইলে, মাংস না খাইলেও চলে। তাহাতে শরীর খুব পুষ্ট থাকে। পূর্বেই বলিয়াছি, ইহা এক বিষম সমস্যা। এ বিষয় প্রবৃত্তি ও ধর্মবিশ্বাসের উপর নির্ভর করে। আমাদের আধুনিক হিন্দুরা অনেক সময় তর্ক করেন, এবং বলিয়া থাকেন, মাংসাহারে পশু-ভাবের উত্তেজনা হয়—এবং তাহাতে লোককে নিষ্ঠুর ও হৃদ্যাস্ত করিয়া তুলে এবং নানাক্রম পাপাসক্ত করে; কিন্তু এ কথা ঠিক নহে। এ কথা ষাঁহারা বলেন, তাঁহাদেরই মতে শক্তির পূজা করিতে মত্ত মাংসের প্রয়োজন হয় কেন? তবে, তাঁহাদের মনেও পশুভাবের উৎপত্তি হয়, এবং তাঁহারও পাপী।' আবার দেখ! খ্রীষ্টান-পাদ্রিগণ, বৌদ্ধ-পুরোহিতগণ ও মুসলমান-সাধু-ফকিরগণের অনেকেই অতি কোমলপ্রাণ, ধার্মিক ও সরল; কিন্তু, তাঁহারা ত মাছমাংস আহার করেন। ধর্ম বিষয়ে বৌদ্ধপুরোহিতগণ সর্বশ্রেষ্ঠ। কিন্তু, তাঁহারা সর্বপ্রকার জন্তুর মাংসই ভক্ষণ করেন।

কৈ ? তাঁহাদের ত পশুভাবের উত্তেজনা হইতে দেখা যায় না, বরং তাঁহারা যেমন নম্র, ধার্মিক ও জিতেন্দ্রিয়, এবং ক্রোধহীন, জগতের একান ধর্মের পুরোহিতই তেমন নহেন। স্বয়ং বুদ্ধদেবও মৃত্যুর কিছুদিন পূর্বে গুরুতর মাংস ভক্ষণ করিয়াছিলেন ; কিন্তু, বৌদ্ধধর্মে জীবহিংসা নিষিদ্ধ।

স্ব। মা ! যে ধর্মে জীবহিংসা নিষেধ, সে ধর্মের লোক মাংস খাইতে পায় কি করিয়া ?

জ্ঞা। জীবহিংসা করিতে নাই,—সেইজন্ত আজ কাল আমরা ব্রহ্মদেশীয় লোককে মরা গরু, ঘোড়া, মহিষ ইত্যাদি জন্তুর মাংস খাইতে দেখি। জীবহিংসা না করিয়া স্বাভাবিক মৃত জন্তুর মাংস বোধ হয়, প্রাচীন কাল হইতে চলিয়া আসিতেছে ; এখনও দেখা যায়, বৌদ্ধেরা কসাইয়ের কাজ করে না। ব্রহ্মদেশীয় সকল কসাইই চীনা এবং মুসলমান। ব্রহ্মরাজের সময় কেহ কোন জীব-হিংসা করিলে সাজা হইত। কিন্তু, ইংরাজের আমলে সাবেক প্রথার অনেকটা শিথিলতা হইয়াছে। সে দিন এক মেমের সঙ্গে তর্ক হওয়ায়, তিনি বলিলেন,—“আহারের জন্ত মানুষজাতি সর্বশ্রেষ্ঠ ; সেই আহারের জন্ত নিকৃষ্ট জন্তু বধ না করিলে অসংখ্য প্রাণী বৃদ্ধি হইয়া সকলকে জালাতন করিয়া তুলিত।” তাঁহারা আরও বলেন,—“বনে নানা জন্তু বাস করে,—তাহার মধ্যে ব্যাঘ্র ও সিংহ সর্বাপেক্ষা বলবান্ ও হিংস্র জন্তু। তাহারা আপনা হইতে দুর্বল জন্তু সকল ধরিয়া আহার করে ; এবং ইহাই তাহাদের স্বভাব। তাহাতে তাহাদের মনে কোন গ্লানি বা পাপবোধ হয় না। শৃগাল-কুকুর ব্যাঘ্রের আহার, আবার সেই শৃগাল-কুকুর আপনা অপেক্ষা দুর্বল বিড়াল, শশক প্রভৃতি বিবিধ ক্ষুদ্র

জন্তু ধরিয়া আহার করে ; বিড়ালেরা ক্ষুদ্র ইঁদুর, পাখী প্রভৃতি ধরিয়া খায় । জলের মাছ ও আপন অপেক্ষা ক্ষুদ্র ও দুর্বল মৎস্তাদি ধরিয়া আহার করে । পক্ষীসকল নানা প্রকার কীটপতঙ্গাদি আহার করে । মোট কথা, পশু পক্ষী প্রভৃতি কীটপতঙ্গাদির অধিকাংশই আপনাপেক্ষা দুর্বল ও ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র প্রাণী ধরিয়া আহার করে । আমি এই জন্তুই বলি, বাঁহার যেক্রপ প্রবৃত্তি, তিনি সেইরূপ করিতে পারেন ; এ বিষয়ে নানা মুনির নানা মত । আমার মতে এ বিষয়ে বিশেষ আলোচনা না করাই ভাল ।

সু । মৎস্ত মাংসের পর আর কি খাত্ত ভাল ?

জ্ঞা । ডিম সর্বশ্রেষ্ঠ ।

সু । কিসের ডিম ?

জ্ঞা । বাঁহারি খান তাঁহাদের পক্ষে মুরগীর ডিম সর্বশ্রেষ্ঠ ; হিন্দুর পক্ষে হাঁসের ডিম ভাল ।

সু । ডিম খাওয়ার নিয়ম কি ?

জ্ঞা । খুব দুর্বল রোগীকে ডাক্তরেরা কাঁচা ডিমের কুসুমের সঙ্গে চিনি, দুগ্ধও কখনও কখনও একটু ত্রাণ্ডি দিয়া থাকেন, উহা নাকি বড়ই বলকারক । সচরাচর খাওয়ার পক্ষে অর্দ্ধ-সিদ্ধ ডিম খুব ভাল । ডিম বেশী সিদ্ধ করিলে গুরুপাক হয় । কিন্তু আমাদের দেশের লোকে তাহা বড় পছন্দ করে না ।

সু । তাহার পর ?

জ্ঞা । আটা বা ময়দা । আটা চাউল অপেক্ষা গুরুপাক ; ঘিএর সম্বন্ধে যাহা বলিয়াছি, আটা বা ময়দা সম্বন্ধেও তাই খাটে ; তবে আমাদের এক বেলা আটা ও এক বেলা ভাত খাওয়াই উচিত । অনেক বাঙ্গালী এখন এই নিয়ম অবলম্বন করিয়াছেন ।

ফলতঃ আটা বড় পুষ্টিকর খাদ্য । তরকারির মধ্যে আলু বাদে পটল, বেগুন, মোচা, কাঁচকলা, শিম, বরবটী প্রভৃতি খুব ভাল ।

সু । ফলের মধ্যে কোন ফল ভাল ?

জ্ঞা । পেঁপে সর্বোৎকৃষ্ট । পেঁপে কাঁচা ও পাকা উভয় প্রকারে খাইলেই উপকারী । পাকা পেঁপে কোষ্ঠ পরিষ্কারক এবং স্নিগ্ধ গুণবিশিষ্ট, এবং উহা বার মাস পাওয়া যায় ।

সু । পেঁপের এমন গুণ ! তাত আগে জানিতাম না !  
তাহারপর ?

জ্ঞা । পেঁপের পর বার মাস ফলে—নারিকেল ও কলা । তাহা অপেক্ষা ভাল ফল আর নাই । তবে কালানুযায়ী আতা, পেয়ারা, দাড়িধ, আম, জাম, কুল এই সকল উৎকৃষ্ট ফল খাইলে বিশেষ অসুখ হয় না । তবে খারাপ জাতীয় পেয়ারার বীজে পেট অসুখ করে, আর টক কুল খাইতে নাই । কাঁকুড়, তরমুজ, শঁশা প্রভৃতি বড় ভাল জিনিস নহে । সুস্থ শরীরে অল্প পরিমাণে খেলে বড় অসুখ করে না । অজীর্ণের পীড়া থাকিলে কখনও ইহা খাইতে নাই ।

সু । কলা, নারিকেল, কাঁঠাল কেমন ?

জ্ঞা । কলা ভাল হইলে, বিশেষতঃ মর্তমান কলা পুষ্টিকর এবং ভাল । ‘অন্ত্যন্ত বীজবিশিষ্ট কলা ভাল নহে । নারিকেল খুব বুনা হইলে খাইবে না । খাইলে পেটের অসুখ করে । খাইয়া হজম করিতে পারিলে নেয়াপাতি নারিকেল খুব পুষ্টিকর জিনিস বটে ; কাঁঠাল বড় গরম, অল্প মাত্রায় সুস্থ শরীরে খাইলে অসুখ হয় না ; বেশী খাইলে অসুখ হয় ।

সু। কলা, নারিকেল তুমি ভাল বলিলে,—আমাদের দেশে কলা নারিকেল দেখিয়া লোকে ভয় করে,—বলে অর হয়, তা কি সত্য ?

জ্ঞা। একথা সম্পূর্ণ সত্য নহে ; তবে বঙ্গদেশে ম্যালেরিয়ার বড় প্রাদুর্ভাব । সেখানকার লোকের স্বভাবতঃই শরীর দুর্বল, ও রোগগ্রস্ত। তাহাদের পক্ষে যাহা খাওয়া যায়, তাহাতেই অসুখ হয়। মিষ্টির মধ্যে চিনি, বাতাসা, ওলা, মিশ্রি, টাটকা সন্দেশ, রসগোল্লা প্রভৃতি ভাল। বাসী মিঠাই খারাপ। গুড় ভাল জিনিস নহে।

সু। খাদ্যদ্রব্য সম্বন্ধে অনেক কথা শিখিলাম ; কিন্তু আরও কয়েকটা ছোট ছোট কথা জিজ্ঞাসা করি। আচ্ছা ! পান তামাক খাওয়ার যে রীতি আমাদের দেশে প্রচলিত আছে, তাহা ভাল কি মন্দ ?

জ্ঞা। বেশ কথা জিজ্ঞাসা করিয়াছ ! আমারও অনেক দিন হইতে সে কথা বলার ইচ্ছা ছিল। বেশ সুযোগমত সময়ে কথাটা জিজ্ঞাসা করিয়াছ। তবে শুন। ভাত খাইয়া তামাক খাইতে হয়—এমন কোন স্বাভাবিক নিয়ম নাই। লোকে এক একটা আয়াসের জন্ত ওরূপ অভ্যাস করে ; আহা রাস্তে পানটা খাওয়ায় বিশেষ অনিষ্ট করে না ; বরং পরিপাকের সহায়তাই করে। কারণ, পান চিবাইতে অনেক পরিমাণে লাল উদরস্থ হয়। তাহাতে পরিপাকের সহায়তা করে। লাল ভিন্ন খাদ্য পরিপাক হয় না ; যত রকম রসে খাদ্য পরিপাক হয়, লাল তাহার মধ্যে এক উৎকৃষ্ট রস। উহাতে পরিপাক শক্তির বৃদ্ধি হয়, এবং পানে শ্লেষ্মা নষ্ট করে। তাহার প্রমাণ—কবিরাজেরা পানের রস দ্বারা ঔষধ প্রস্তুত করেন। দ্বিতীয়তঃ,—পানের সঙ্গে

চূণ থাকায় উহাতে অন্ন নষ্ট হয়, এবং খয়ের ও সুপারি থাকায় উহা একটু আধেয় ও সঙ্কোচক হইয়া উপকার করে।

সু। তবে আমাদের দেশের পান খাওয়া রীতিটা খুব ভাল। আমিও পান খাওয়া অভ্যাস করিব।

জ্ঞা। তোমাকে আমি পান খাওয়ার উপদেশ দিতে পারি না; কারণ, তুমি ছেলে মানুষ।

সু। কেন?

জ্ঞা। পান খাওয়ায় যে উপকারের কথা বলিলাম, তাহার চেয়ে দোষের ভাগ বেশী।

১। পান খাইলে জিভ পুরু হয়, এবং দাঁতের পাশে সুপারির কুচি জমিয়া থাকে, ঐ সকল পচিয়া মুখে দুর্গন্ধ হয়। এক্ষণে ছেলে বেলায় পান খাওয়া অভ্যাস করিলে উচ্চারণ শক্তির ব্যাঘাত জন্মে, এবং দাঁত নষ্ট হয়। যে পান না খায়, তাহার জিভ পুরু না হওয়ায় কঠিন শব্দও সে ভালরূপে উচ্চারণ করিতে পারে।

২। অধিক পান খাইলে ক্ষুধা মন্দ হয়। অতিরিক্ত পান-খোরদের দেখা গিয়াছে, তাহারা আদৌ ভাত খাইতে পারে না।

৩। সুপারির কুচি হজম হয় না, মলের সঙ্গে নির্গত হইয়া যায়। এই কুচি দ্বারা আমাশয়ের পীড়া জন্মিতে পারে।

৪। পানের সঙ্গে নানা প্রকার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কীটাপু থাকে, এবং মাকড়শার জালের স্থায় সাদা সাদা জাল থাকে, তাহার মধ্যে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কীটের ডিম্ব সকল দেখা যায়। তাহা না জানিয়া খাইলে না জানি কতই অনিষ্ট হয়। আজকাল জীবতত্ত্ব ও জীবাণু লইয়া যে ছনুস্থল পড়িয়াছে, না জানি বিলাতের লোকে এই সকল



কীটাপু পরীক্ষা করিয়া কি বলিবেন ? ছুঁড়াগ্য বশতঃ এখনও এ বিষয়ে লোকের দৃষ্টি আকর্ষণ করে নাই ।

৫। চুণের সঙ্গে নানা প্রকার ধাতব পদার্থ থাকিতে পারে । তাহাও এক বিবেচনার বিষয় ; কারণ, যাহারা চুণ প্রস্তুত করে, তাহারা মূর্থ এবং অজ্ঞ । না জানি কত ময়লাই চুণে মিলিত থাকে ।

৬। দোকান ও বাজারের তৈয়ারী পানের খিলী খাওয়া নিতান্তই অশ্রাব্য । দোকানদারেরা এমনই অসতর্ক, এবং ক্ষুদ্রান্তঃ-করণ যে তাহাদের পয়সা হইলেই হইল । সে যাহার নিকট হইতে পয়সা লইয়া পান বিক্রয় করিতেছে, তাহার ভালই হউক, আর মন্দই হউক, তাহা একবারও ভাবে না । সেইজন্য লোকে দোকানের পান সময় সময় খাইয়া বমি করে,—কাহারও অতিরিক্ত চুণে পান পুড়িয়া যা হয় । এই সমুদয় পানের মধ্যে বিড়ালকুকুরের লোম, ইঁদুর ও তেলাপোকার বিষ্ঠা, মাংস ইত্যাদিও সময় সময় পাওয়া যায় ।

৭। অনেক ছুঁটা ও ছুঁচরিয়া স্ত্রীলোক পানের সঙ্গে নানা প্রকার ঔষধাদিও মিশ্রিত করিয়া দেয়, তাহাতেও অনিষ্ট হইতে পারে ; তা ছাড়া পান খাইলে দাঁতে ঘা হয় ।

সু। তবে ত পান খাওয়া বড়ই খারাপ ! আমি কখনও পান খাইব না । থাক, আমার ভাল হজমে দরকার নাই ।

জ্ঞা। বেশ বাছা ! আমিও পরামর্শ দিই, কখনই পান খাইও না । অভ্যাগ না করিলেই ভাল—কোন আপদ নাই । আজকাল অনেকেই পান খান না । পুরুষ ছেলের পক্ষে পান যত দোষগীর্ণ, স্ত্রীলোকের পক্ষে তত নহে ; কারণ, তাঁহারা নিজে হাতে পান সাজিয়া খান ।

সু। পান খাওয়া সম্বন্ধে বেশ শিক্ষা হইল; কিন্তু তামাক খাওয়া ভাল কি মন্দ ?

জ্ঞা।, তামাক, আদৌ খাবে না।

সু। কেন ?

জ্ঞা। তামাক খাওয়ায় লাভ কিছুই নাই,—বরং যথেষ্ট লোকসান।

সু। কি লোকসান ? আমাদের দেশের ছেলে, বৃদ্ধ প্রায় সকলেই তামাক খায়।

জ্ঞা। ছেলে বৃড়ায় খাইলেই যে সে ভাল কাজ, তাহা কখনই নহে। কারণ, এটা একটা দেশাচার হইয়া দাঁড়াইয়াছে। যেমন চীন দেশে আফিং, ও বিলাতে মদ, সকলেই খায়। তামাকও আমাদের দেশে সেইরূপ; তাই বলিয়া কি আফিং ও মদ খাওয়া খুব ভাল কার্য্য বলিব ?

সু। তামাকে কি কি দোষ ?

১। প্রথম দোষ—একটা নেশার বশবর্তী হওয়া। তামাক না খাইলে শারীরিক কোন অনিষ্ট হয় না; কিন্তু বদভ্যাস বশতঃ এমনই একটা উদ্বেগ সৃষ্টি করা হয়, যে এক মুহূর্ত্ত না হইলে চলে না। তামাক না খাইলে অনেক গুড়ুকথোর ব্যক্তির পেট ফাঁপে,—কাহারও বা প্রাণ আই-টাই করে।

২। দীর্ঘকাল তামাক খাইলে কাশির ব্যারাম হয়।

৩। অনর্থক পয়সা নষ্ট হয়।

৪। তামাক খাওয়া অভ্যাস করিলে যাঁহাদিগকে সম্মান করা যায় তাঁহাদিগকে সম্মান দেখান যায় না।

আমাদের দেশের হুকায় বা ফরসীতে তামাক খাওয়ার

প্রথাটা খুব ভাল ; কারণ, তামাকের ধূঁয়া জলের মধ্য দিয়ে নলে আসায়, অনেকটা ঠাণ্ডা গুণ ধারণ করে । কিন্তু সাহেবগণের প্রথা বড় খারাপ ।

তঁাহারা চুরুট বা পাইপ টানেন । তামাকের উগ্র ও গুরু ধূঁয়া কস্কুসের পক্ষে অপকারী । পাইপ বা চুরুট টানায়, তঁাহাদের অনেকেরই ঠোঁটে বা জিহ্বায় ক্যান্সাস বা ককট নামক সাংঘাতিক রোগ হয় । আমাদের দেশে অনেকে আজকাল হুঁকা ছাড়িয়া চুরুট পাইপ বা বাড়স্‌আই খাইয়া ভাল করিতে-ছেন না ।

স্ব । তামাকে অতি সামান্য অর্থ নষ্ট হয় ; তাহা উল্লেখযোগ্য নহে ।

জ্ঞা । কি সামান্য অর্থ নষ্ট হয়, তাহার একটা হিসাব দেখাইব । মোটামুটি একটা হিসাব ধর । মনে কর, কোন ব্যক্তি রোজ এক পয়সার তামাক খায় । প্রতি দিন এক পয়সার তামাক খেলে মাসে আট আনা, এবং বৎসরে তাহার ছয় টাকার তামাক খরচ হয় ; এবং বিশ বৎসরে সেই লোকটা ১২০ টাকার তামাক নষ্ট করিয়া থাকে । যদি এই গরীব পরিবারে ছয়জন তামাকখোর থাকে, তবে ২০ বৎসরে সেই পরিবারের ৭২০ টাকার তামাক ব্যয় হয় ; এখন বুঝিলে হিসাবটা ? বঙ্গদেশের ৭ কোটি লোকের অন্ততঃ তিন কোটি লোক তামাক খায় । এই হিসাবে বঙ্গদেশে বৎসর ১৮ কোটি টাকার তামাক নষ্ট হয় । এখন বুঝলে, তামাক কি সর্বনেশে জিনিস ! অথচ, ইহা দ্বারা কোন ফললাভ হয় না ।

স্ব । হাঁ মা ! বেশ কথা । চক্ষু ফুটিল ; এত প্রয়োজনীয় বিষয়

আর কে আমাকে এত স্নেহের সহিত বুঝাইতে পারে ? স্ত্রী-লোকেরা যে তামাকের গুঁড়া ( দোস্তার গুঁড়া ) ব্যবহার করেন, তাহা কি ভাল ?

জ্ঞা । তাহাও খারাপ । কেন না, তাহাতে তাঁহাদের দাঁত নষ্ট হয়, মাড়িতে ঘা হয়, এবং সকালে দাঁত পড়িয়া যায় । আবার এমন যে গুণের তামাক, তাহা একটু না হইলে তাঁহাদের মাড়িতে বেদনা হয় ; এই বেদনা নিবারণের জন্ত অনেক আশী বংসরের বুড়ি পর্য্যন্ত দাঁতশূন্য মাড়িতেও তামাকের গুঁড়া মালিস করিয়া থাকেন ।

সু । তবে অল্পবয়স্ক মেয়েছেলেরা তামাকের গুঁড়া দাঁতে দিতে শিখে,—তাহা বড় খারাপ ।

জ্ঞা । তাহা যে খারাপ তাহা কি বলিবার ? এজন্য অনেকই অল্প বয়সে দাঁতের পীড়ায় কষ্ট পায় ।

সু । তার পর আর কি ?

জ্ঞা । আরও অনেক বিষয়ের অনেক কথা তোমাকে বলিবার আছে ; আজ এই পর্য্যন্তই ভাল । খাণ্ডদ্রব্যসম্বন্ধে যাহা যাহা বলিলাম, স্মরণ রাখিও । আচ্ছা ! আজ খাণ্ডদ্রব্যের দোষ-গুণ-বিচারে কি কি শিখিলে ।

সু । ১ । আপন শরীর যাহাতে সুস্থ থাকে, তাহা সকলে-রই করা কর্তব্য ।

২ । অতিরিক্ত আহার করিলে অসুখ হয় । আহার করা শরীর রক্ষার জন্ত । সুমিষ্ট আহার্যের খাতিরে অতিরিক্ত আহার করিয়া সুস্থ শরীর অসুস্থ করা অসঙ্গত ।

৩ । লঘুপাক ও পুষ্টিকর দ্রব্য আহার করিবে ।

৪। নিম্নলিখিত খেঁতে গিয়া বাহাদুরী করিয়া অতিরিক্ত আহার করিবে না।

৫। তরকারীর মধ্যে আলু সর্বশ্রেষ্ঠ। \* তাহার পর পটল, বেগুন ইত্যাদি।

৬। ডাইলের মধ্যে মসুরী, মুগ ও ছোলা সর্বশ্রেষ্ঠ।

৭। মাছের মধ্যে চুণা মাছ ভাল।

৮। ফলের মধ্যে পেঁপে ভাল।

৯। ঘি ও মাংস পরিমাণমতে বলকারক—, গুরুপাক নহে।

১০। ছুঁফের মধ্যে শরীর উপযোগী সমস্ত দ্রব্য আছে।

১১। পান অতিরিক্ত খাইলে ক্ষুধামান্দ্য ও জিহ্ন পুরু হয়, দাঁতের পীড়া হয়, এবং পানের সঙ্গে নানা বিষাক্ত পদার্থ উদরস্থ হইতে পারে। সুপারি হজম হয় না।

১২। তামাকে অনর্থক পয়সা নষ্ট হয়, এবং মেশার বশবর্তী হইতে হয়।

১৩। মাছমাংস না খাইয়া, শুধু শাকশস্জী, ছুঁফ, ঘি দ্বারা জীবন রক্ষা হয়, এবং তাহাতে শরীরও সুস্থ থাকে।

জা। তামাকে আর কি অনিষ্ট হয় ?

সু। চুরুটপাইপে তামাক খাইলে জিহ্বায় এবং ঠোঁটে ককট রোগ হয়।

জা। আর কি অনিষ্ট হয় ?

সু। আর ত মনে নাই।

জা। বল না কাছ ! আর কি অনিষ্ট হয় ?

কা। তামাকের শুঁড়া দাঁতে দিলে দাঁত নষ্ট হয় আর দাঁতের পীড়া হয়।

জ্ঞা। হাঁ কাছ, ঠিক কথা। কাদম্বিনী আমার সব কথা মনে রাখে, আর তার দানা ভুলিয়া গিয়াছে।

কা। • ছুধে নাগ পুষ্টিকর জিনিস আছে; মায়ের স্তনের দুধ পাতলা বলিয়াই সত্ত্বজাত শিশুরা তাহা খাইয়া থাকে। ঘন দুধে তাহাদের পেটে অসুখ হয়। মায়ের দুধ না থাকিলে ছুভাগ গাঁই-য়ের দুধের সহিত এক ভাগ জল মিশাইয়া শিশুকে খাওয়াইতে হয়।

জ্ঞা। বাহবা! বেশ কথা কয়তী মনে রাখিয়াছে। দেখলে সুদীর্ঘ, কাদম্বিনী কেমন মনোযোগ দিয়া শুনিয়াছে; আরও অনেক কথা বলিয়াছি। বাহা হউক, এ গুলি মোটামুটি মনে রাখিবে, এবং এ বিষয়ে আর এক দিন আলোচনা করিব; তখন একটী কথাও ছাড়া হইবে না,—সব কথা তোমাদের মুখে শুনিব। চল, রাত্রি বেশী হইয়াছে, এখন গিয়া শুই।

দ্বিতীয় অধ্যায় সমাপ্ত।





## তৃতীয় অধ্যায় ।



শারীরিক নিয়মপালন এবং জলবায়ুর  
বিশুদ্ধতার প্রয়োজন ।

জ্ঞা। আজ যে বিষয় আমরা আলোচনা করিব, তাহা সৰ্ব্বো-  
পেক্ষা গুরুতর এবং প্রয়োজনীয় বিষয় । সেইজন্য বলি, তোমরা  
খুব মনোযোগ সহকারে শিখিবে ।

স্ব। সে কি বিষয় মা ?

জ্ঞা। শারীরিক নিয়ম পালন ও জলবায়ুর বিশুদ্ধতার  
প্রয়োজন ।

স্ব। শারীরিক নিয়ম কিরূপে পালন করিতে হয়, তাহা  
আগে বল ?

জ্ঞা। শরীরকে একটা নির্দিষ্ট নিয়মের বশীভূত রাখিতে  
হয়, তাহা হইলে লোকটা কশ্মিষ্ট হয় এবং শরীর ভাল থাকে ।

স্ব। কি কি নিয়ম ?

জ্ঞা। প্রতিদিন প্রভাতে গাভ্রোথান করা উচিত, তৎপরে  
মলমূত্র ত্যাগ করিয়া বেশ ভালরূপে মুখ ধোয়া উচিত ।

সু। তাহার পর ?

জ্ঞা। তাহার পর একটু বিস্তৃত হাওয়ায় বেড়ান উচিত, পরে সামান্ত রকমের কিছু জলযোগ করিয়া লেখাপড়ায় মনোযোগ দিবে।

সু। পরে ?

জ্ঞা। পরে প্রায় নয়টার সময় স্নান করিবে, স্নানান্তে আহার করিয়া, প্রায় অর্ধ ঘণ্টাকাল বসিয়া বিশ্রাম করিবে, ঠিক দশটা কি সাড়ে দশটার সময় স্কুলে যাইবে। মনে রাখিবে নির্দিষ্ট সময়ের কিছু পূর্বে স্কুলে যাইতে হইবে। অনেক ছেলে অনর্থক পথেঘাটে কিম্বা বাড়ীতে বসিয়া গল্প করিয়া কাটায়, পরে স্কুলের ঘণ্টা বাজিলে দৌড়াদৌড়ি উপস্থিত হয়, কেহ বা নির্দিষ্ট সময়ের পরে স্কুলে পৌঁছে ও হাঁপাইতে থাকে। হয় ত ক্লাসের পাঠ্যপুস্তক হইয়াছে, শিক্ষক অনেক প্রয়োজনীয় কথা ক্লাসের ছাত্রদিগকে বলিয়াছেন, অনিয়মিত ও অমনোযোগী ছাত্রগণ তাহার শিক্ষা হইতে বঞ্চিত হয় এবং শিক্ষকের ধমকু খাইয়া থাকে, কোন দিন বা বিলম্বে উপস্থিত হওয়ার দরুণ জরিমানা দিতে হয়, কিম্বা শাস্তি স্বরূপ দাঁড়াইয়া থাকিতে হয়। স্কুলের পাঠের সময় শিক্ষক যাহা বলেন,—কি ক্লাসের ভাল ভুল ছাত্রগণ যাহা আলোচনা করে, তাহা খুব মনোযোগ দিয়া শিক্ষা করিবে, কখনই অগ্রমনস্ক থাকিবে না। পাঠের সময় অগ্রমনস্ক থাকিলে বা বাহিরের কোন খেলার প্রতি মন থাকিলে স্কুলের মাষ্টার যত কথা বলিবেন, তোমার নিকট তাহা বৃথা হইল বলিয়া মনে করিবে। কারণ, বিনা মনোযোগে কোন বিষয়ই ভালরূপ হৃদয়ঙ্গম হয় না, আর এক সময় দুই কার্য করা যায় না। তাহা যে করিতে চায়,



তাহার হৃদিকই নষ্ট হয়। যে যে উপদেশ আজ পেলে, কাল তাহা জিজ্ঞাসা করিলে বলিতে পারিবে না, যে সকল ছাত্র মনোযোগ দিয়া শিক্ষা করে, তাহারা অনায়াসে শিক্ষকে প্রশ্নের উত্তর দিয়া তাঁহার প্রিয় হইয়া উঠে, আর অনন্যযোগী ছাত্র শিক্ষকের ঘৃণার পাত্র হয়। এখন বুঝিতে পার নিয়মিত ও মনোযোগী ছাত্রের কত প্রভেদ।

সু। হাঁ মা, বুঝিলান আমি এখন হইতে খুব মনোযোগী ও নিয়মিত হইব, এবং কখনই পাঠের সময় অন্তরিক্তে মন দিব না। তার পর ?

জা। টিকিনের সময় ঘণ্টা বাজিলেই একটু বিশ্রাম করিবে, সামান্য একটু জলযোগ করিয়া ছেলেদের সঙ্গে খোদগল্ল করিবে, বা বাহা উপদেশ পেলে, তাহার একটু আলোচনা করিবে। অনেক ছেলে টিকিনের সময় রোদ্রে দৌড়াদৌড়ি করে, বা বৃষ্টিতে ভিজে। তাহা কখনও করিবে না, এরূপ করিলে শীঘ্রই অসুখ করিতে পারে।

সু। মা, তুমি টিকিনের সময় গল্প করিতে বল কেন ?

জা। গল্প করিতে বলিলাম এই জন্য যে, ২২ ঘণ্টা বকিয়ে মাথা একটু গরম হয়, ও মন একটু বিরক্ত হইতে পারে, তাই গল্প করিলে মস্তিষ্কের একটু বিশ্রাম দেওয়া হয়, এবং তাহাতে শরীরের স্বাস্থ্যের পক্ষে ভাল। অনেক অলস ও অনিয়মিত বালক বাটীতে পড়া মুখস্থ করে না, ক্লাসে আসিলে যখন মাষ্টার মহাশয় পড়া নিতে থাকেন, তখন তাহারা গোপনে গোপনে এক-বার মাষ্টারের দিকে তাকায়, আর অন্ত ছাত্রের আড়ালে কেতাব খুলিয়া দেখিতে থাকে। ইহাতে তাহার হৃদিকই নষ্ট হয়,

কারণ, পূর্বেই বলিয়াছি, এক সময় দুই কার্য করা যায় না। আবার টিফিনের সময় সেই অলস ছাত্র তিরস্কারের ভয়ে তাড়া-তাড়ি পড়া মুখস্থ করিতে বসে। তাহাতে তাহাদের বিশেষ কোন ফল হয় না, কেন না অর্ধ ঘণ্টার মধ্যে ছাত্রদের গোলমালে কখনই তাহার পড়া মুখস্থ হয় না, সে কেবল বক্বক্ব করিয়া আবৃত্তি করিতে থাকে, ফলে কিছুই হয় না।

সু। মা, বেশ বুঝিলাম, আমরাও এই অভ্যাস আছে; তুমি যে সকল কথা বলিতেছ, তাহা যেন তোমার দেখা কথা। মা! তুমি কোথায় এসব বিষয় শিখিলে?

জ্ঞা। বাপু! আমরাও এক দিন স্কুলে পড়িতাম, তাই দেখিয়া শুনিয়া ঐ প্রকার ধারণা হইয়াছে; তার পর বলি শুন। চারিটার সময় হুগী হইলে বাড়িতে আনিয়া কিছু খাবার থাইয়া খেলা করিতে যাবে।

সু। কি খেলা ভাল?

জ্ঞা। যে খেলাতে শারীরিক পরিশ্রম খুব হয়:—যেমন ব্যাটবল, ফুটবল, টেনিস, হেরেণ্ডু, ও জিস্‌জ্যাস্টিক, কুস্তি, ডন প্রভৃতি এক ঘণ্টাকাল এই সব খেলা খেলিবে, এবং বাহ্যতে শরীরে খুব ঘাম ছুটে তাহা করিবে। এরূপ খেলা সাজ হইলে একটু বিশুদ্ধ বায়ুতে বেড়াইবে।

সু। কোথায় খেলা করা ভাল?

জ্ঞা। পরিকার ময়দানে ও মুক্তস্থানে খেলা করিবে।

সু। কেন—বাড়ার মধ্যে খেলা, কুস্তি বা জিস্‌জ্যাস্টিক অভ্যাস করিলে কি হয় না?

জ্ঞা। তাহাও হয়, তবে মুক্তবায়ুতে শারীরিক পরিশ্রম

করিলে শরীরের পক্ষে যত উপকার হয়, বদ্ধ বায়ুতে তত উপকার হয় না ।

সু । মা, বদ্ধ বায়ু ও মুক্ত বায়ুতে কি প্রভেদ ? আর তুমি বারে বারে বিগুদ বায়ুর কথা বল ; বায়ুর আর বিগুদতা ও অবিগুদতা কি ?

জ্ঞা । বায়ুর বিগুদতা, অবিগুদতা এবং মুক্ত ও বদ্ধ বায়ুর দোষ গুণ পরে বলিতেছি; এখন শারীরিক নিয়মের যাহা বাকী আছে, তাহা বলিতেছি ।

সু । শারীরিক পরিশ্রম করিলে পরে কি করিবে ?

জ্ঞা । দেখ, একটা কথা ভুল হইয়াছে, তোমরা যখনই শারীরিক পরিশ্রম করিবে, তখন শরীরে অত্যন্ত ঘাম হইলে হঠাৎ গায়ের জামা বা কোট খুলিবে না । কারণ তাহাতে শরীরে ঠাণ্ডা বাতাস লাগিয়া সর্দিগর্মি হইতে পারে, বা ফুস্ফুসে পীড়া হইতে পারে ।

সু । সর্দিগর্মি কি ?

জ্ঞা । সর্দিগর্মি বড় শক্ত ব্যারাম । তাহাতে হঠাৎ শরীর অস্থির হইতে পারে, এবং মৃত্যু হওয়াও আশ্চর্য্য নহে ।—

সু । কি কারণে সর্দিগর্মি হয় ?

জ্ঞা । তবে বলি শুন । আমরা যে যে দ্রব্য আহার ও পান করি, তাহার সারাংশ রক্তরূপে পরিণত হইয়া শরীরকে পুষ্ট করে, আর কতক অংশ মলরূপে পরিণত হইয়া নির্গত হয় । আর আহারীয় দ্রব্যের জলীয় অংশ মূত্র ও ঘামরূপে এবং বায়বীয় অংশ নিশ্বাসপ্রশ্বাস দ্বারা নির্গত হইয়া যায় । মলমূত্রতাণ্ড, ঘাম ও নিশ্বাস প্রশ্বাসের কার্য্য ভাল না চলিলেই শরীরের নিয়-

মিত কার্যের ব্যাবাহার হওয়ায় নানা পীড়া উৎপন্ন হয় । শরীরের চর্মে অসংখ্য ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ছিদ্র আছে । তাহা দ্বারা ঘামরূপে রক্তের দূষণীয় অংশ নির্গত হইয়া যাওয়ায় শরীর স্নেহ থাকে । অত্যন্ত পরিশ্রম করিলে যখন শরীর গরম হয়, রক্তের বেগ চর্ম্মাভিমুখে ধাবিত হয় এবং রক্তের জলীয় অংশ ঐ সকল ছিদ্র দিয়া নির্গত হইয়া থাকে, গরমে রক্ত তরল হয়, এবং তাহার গতির বৃদ্ধি হয় । ঠাণ্ডায় রক্তের গতি মন্দ হয়, ও চর্ম্মের ছিদ্র সকল সংকুচিত হইয়া রুদ্ধ হয় । এই কারণে খুব পরিশ্রমের পর ঘর্ম্মাবস্থায় শরীরের জামা হঠাৎ খুলিলে গায়ে ঠাণ্ডা হাওয়া লাগিয়া চর্ম্ম হঠাৎ শীতল হয়, এবং ঐ স্থান স্থান ছিদ্র সকল রুদ্ধ হইয়া যাওয়ায় ঘাম নির্গত হইয়া যাইতে পারে না, সুতরাং রক্তে দূষণীয় পদার্থগুলি রহিয়া যায়, এবং রক্তের গতি হঠাৎ রুদ্ধ হওয়ায় ভিতরে গরম ও বাহিরে ঠাণ্ডা থাকায় শরীর অস্থির হয় ।

সু । এ কথা বেশ বুঝিলাম, কিন্তু ফুস্ফুসে রোগ কি প্রকারে হয় ?

জ্ঞা । ফুস্ফুসের রোগও ঐ প্রকারে হইতে পারে । অত্যন্ত পরিশ্রম করিলে ঘন ঘন শ্বাস বহিতে থাকে, চর্ম্মে ঠাণ্ডা লাগাইলে বাহিরের দিকে রক্তের গতির রোধ হওয়ায় ফুস্ফুসের কোন অংশে হয় ত রক্ত জমা হয় এবং ঠাণ্ডা দ্বারা সেই রক্তের গতি রুদ্ধ হইয়া ঐ স্থানে ভারি এবং বেদনা বোধ, নিশ্বাস প্রস্থাসে কষ্ট এবং কাশি জন্মায় । তাহাতে লোকের প্রাণনাশ হওয়ার সম্ভাবনা ।

সু । তবে ত হঠাৎ গায়ে ঠাণ্ডা লাগান বড়ই অত্যাচার ।

জ্ঞা । আর এক কথা বলি নাই—পরিশ্রম করিয়া হঠাৎ

ঠাণ্ডা জলপান করিলে বা ঠাণ্ডা জলে স্নান করিলে ঐ প্রকার শারীরিক অসুস্থতা হইতে পারে, সাবধান, এ কথা যেন বেশ মনে থাকে ।

সু। ই। মা, এমন প্রয়োজনীয় কথা কখনই ভুলিব না ।

জ্ঞা। ব্যায়াম ক্রীড়া করিয়া গৃহে ফিরিবে, এবং হাত মুখ ধুইয়া পড়িতে বসিবে। খুব মনোযোগের সঙ্গে পড়া শুনা করিবে। প্রায় ৮টার সময় রাত্রিকালের আহার করা উচিত, ইহার আধ ঘণ্টা আগেই হউক বা পরে হউক। মনে রাখিবে, আহার করার কিছুকাল পূর্বে কোন প্রকার শারীরিক বা মানসিক পরিশ্রম হইতে বিরত থাকিবে, এবং আহার অন্তঃ অন্তঃ আধ ঘণ্টা বিশ্রাম করা উচিত। বরং এই অবকাশে কোন সংবাদপত্র পাঠ করিলে বিশেষ ক্ষতি নাই, কারণ তাহাতে মনের অনেকটা ক্ষুণ্ণি হয়, এবং মানসিক পরিশ্রম অধিক না করিয়া নানা সংবাদ অবগত হওয়া যায়, ও মন প্রফুল্ল হয়। যখনই কোন গুরুতর বিষয় মুখস্থ বা হৃদয়ঙ্গম করিতে হয়, তখন প্রায়ই চিন্তা করিতে করিতে মাথা ধরে ও পাঠে বিরাক্তি জন্মে; সেই সময় সংবাদপত্র পাঠ করিলে মনে অনেক শান্তি হয়, এবং শ্রান্তি দূর হয়।

সু। তাহার পর ?

জ্ঞা। প্রায় প্রতিদিন রাত্রি ১০টা পর্যন্ত জাগিবে, তাহার পর নিদ্রা যাইবে। বেণী রাত্রি জাগিলে শরীর অসুস্থ হইতে পারে। অনেক সময় স্কুলের পড়া অধিক পড়ে। কিংবা পরীক্ষার সময় রাত্রি দশটার সময় শুইলে পড়া শুনা হয় না। স্কুলে গিয়া গালি খাইতে হয়, পরীক্ষায় সকলের নীচে পড়িতে হয়, তখন ত এই নিয়ম পালন করা বড়ই কঠিন।

সু। আমাদের ক্লাসের ভূবন, জ্যোতিঃ প্রভৃতি সকলে বারটা একটা পর্য্যন্ত পড়ে, কই তাহাদের ত কোন অশুখ হয় না ! .

জ্ঞা। বাপু, আমি যাহা বলিলাম তাহাই প্রকৃত স্বাস্থ্য-রক্ষার নিয়ম। এখন যদি কেহ সেই নিয়ম ভাঙ্গে, তবে উপদেশ-দাতার কি হাত আছে। ভূবন, জ্যোতিঃ ১২টা ১টা জাগিয়া পড়ে বটে, কিন্তু যখন পীড়িত হইবে, তখন অতিরিক্ত রাত্রি জাগিয়া যেটুকু পড়িয়াছিল, হয়ত তাহার চতুর্গুণ লোকমান হইবে। যাহার স্কুলের খুব ভাল ছেলে, তাহার প্রায়ই অধিক রাত্রি জাগে না। আর যাহাদের স্মরণশক্তি কম ও বুদ্ধিশক্তি ক্ষীণ, তাহারাই অধিক রাত্রি জাগিয়া পড়ে। পড়ার একটা উৎকৃষ্ট নিয়ম এই জানিবে যে, যখনই ঘুম ধরিবে, তখনই কেতাব বন্ধ করিয়া শোবে, কারণ ঘুম ঘুমে পড়া অপেক্ষা না পড়াই ভাল, তাহাতে কোনই ফল হয় না। ইহাতে তিনটা লোকমান হয়। ঘুমাইয়া আরাম কতি তে পারে না, অনর্থক তৈল নষ্ট হয়, পড়াও শিক্ষা হয় না। প্রত্যুষে উঠিয়া পাঠাভ্যাস করিলে খুব মনে থাকে। রাত্রিকালে ঘুমাইয়া ঘুমাইয়া তিন ঘণ্টায় যে পড়া মুখস্থ না হয়, প্রাতঃকালে এক ঘণ্টায় তাহা মুখস্থ হয়। ঘুম নিবারণের জন্য লোকে নানা উপায় অবলম্বন করে, তাহা অত্যাশ। স্বভাবের বিরুদ্ধে অস্বাভাবিক উপায় অবলম্বন করিলে উৎকট পীড়া হয়, এরূপ করাতে কাহারো কাহারো চক্ষু নষ্ট হইতে শুনা গিয়াছে, কখনও এরূপ উপায় অবলম্বন করিবে না।

সু। তবে ত ঘুম প্রতিরোধ করা বড় অত্যাশ। আমি কখনই এরূপ করিব না।

জ্ঞা। ঘুমের প্রতিরোধ করিলে আর এক অনিষ্ট হয়,— অধিক রাত্রি জাগিয়া নিয়মিত পরিমাণে ঘুম না গেলে প্রত্যুষে গাত্রোথান করা যায় না। অধিক বেলা পর্যন্ত অনেকে ঘুমায়। শয্যা হইতে বিলম্বে উঠিলে নিয়মিত সময়ে ও রীতিমত কোষ্ঠ পরিষ্কার হয় না। কোষ্ঠ পরিষ্কার না হইলে মুখে জল উঠে, শরীর অসুস্থ বলিয়া বোধ হয়। মাথা ধরে ও ক্ষুধা ভাল হয় না ; স্নতরাং নিয়মিত আহারের ব্যতিক্রম ঘটে। বাড়ীতে কিম্বা স্কুলে গিয়া পড়া শুনায় মনোযোগ হয় না। এখন দেখিতে পাইলে, সময় মত নিদ্রা না হইলে কত অনিষ্ট হয়! শুধু শরীর খারাপ হয় তাহা নহে, রাত্রি জাগিয়া যে একটু অধিক পড়া হয়, তাহার তিনগুণ ক্ষতি হয়।

সু। না, খুব বুঝিলাম, আমি এই সকল কথা ভুবন, জ্যোতিঃ প্রভৃতিকে বেষ করিয়া বুঝাইয়া বলিব; তাহারা না শুনিলে যুক্তি তর্ক দ্বারা তাহাদিগকে আটকাইয়া ফেলিব। নিয়মিত সময় কোষ্ঠ পরিষ্কার না হইলে কেন অসুস্থ হয়?

জ্ঞা। নিয়মিত সময় কোষ্ঠ পরিষ্কার না হইলে পিত্তি বৃদ্ধি হয়, তাই অসুস্থ হয়।

সু। পিত্তবৃদ্ধি কাহাকে বলে?

জ্ঞা। আমরা যে যে দ্রব্য খাই, তাহা পাঁচটা রসে বেষ পরিপাক হয়, তাহার মধ্যে পিত্ত একটা প্রধান রস। এই উপলক্ষে খাদ্য-পরিপাক-প্রণালীর সার কয়টা কথা বলিব।

সু। আর কি রস?

জ্ঞা। তুমি দেখিতে পাইতেছ, মুখ হইতে লাল নির্গত হয়, এই লালার মধ্যে পরিপাকশক্তিবিশিষ্ট এমন জিনিস আছে,

যাহা খাদ্য দ্রব্য পরিপাকের অনেকটা সহায়তা করে। মুখে খাদ্য পড়িলে এই রসে খাদ্য মিলিয়া আর্দ্র হয়, দাঁতে ঐ খাদ্য পেষণ করে এবং জিহ্বায় নাড়িয়া চাড়িয়া খাদ্যকে পিণ্ডাকার করে। তাহার পর যখন এই লালাতে মিলিয়া খাদ্য পিণ্ডাকার হয়, তখন জিহ্বা পশ্চাৎ দিকে ঠেলিয়া অগ্ন্যনালীতে দেয়, তথায় খাদ্য পৌঁছিলে মাংসপেশীর এমন বন্দোবস্ত আছে, যে টানিয়া নীচে পাকস্থলীতে লইয়া যায়। তথায় গিয়া খাদ্য উপস্থিত হইলে আর এক প্রকার রস উৎপন্ন হয়, উহা অন্নময়, উহা দ্বারা খাদ্য অনেকটা পরিবর্তিত হয় এবং খাদ্য দ্রব্যের অধিকাংশ পুষ্টিকর পদার্থ পাকস্থলীর অভ্যন্তরস্থ সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম শিরা দ্বারা আকর্ষিত এবং শোষিত হয়। বাকী যাহা থাকে, তাহা পাকস্থলী হইতে বহির্গত হইয়া ক্ষুদ্র অস্ত্রে প্রবেশ করে। তখন পিত্ত ও আরো দুইটা রস উহার সহিত মিলিত হয় এবং উহা হইতে আরো যাহা শরীরের পুষ্টির পক্ষে পোষণ উপযোগী, তাহা ঐ ক্ষুদ্র নাড়ীর মধ্যস্থ সহস্র সহস্র শিরা দ্বারা শোষিত হইয়া রক্ত-রূপে পরিণত হয়, বাকী যাহা থাকে, তাহা মলরূপে বৃহৎ অস্ত্রে অবস্থিতি করে, এবং স্বভাবের নিয়মানুসারে মল নির্গত হয়।

স্ব। লালা কোথা হইতে উৎপন্ন হয় ?

জ্ঞা। কর্ণমূলের নিম্নে ও নিচের চোয়ালের দুই কোণে, ভিতরে দুইটা গ্রন্থি আছে, ঐ গ্রন্থি হইতে লালার উৎপত্তি।

স্ব। কর্ণমূলের নিম্নের গ্রন্থি হইতে যদি এই রস উৎপন্ন হয়, তবে তাহা মুখের ভিতর কোন পথ দ্বারা আসে ?

জ্ঞা। এই দুইটা গ্রন্থি হইতে হাঁসের পাখার কলমের মত মোটা দুইটা নালী দুই দিক হইতে আসিয়া উপরের দাঁতের



মাড়িতে মুখের কোণে ও নাকের মধ্য রেখার মধ্যস্থলে দাঁতের গোড়ায় আসিয়া শেষ হয় ।

সু । তাহার প্রমাণ কি মা ? তুমি তাহা দেখেছ কি ?

জ্ঞা । হাঁ, দেখিয়াছি বই কি, তাহা সকলেই দেখিতে পাবে ।

সু । কিরূপে দেখা যায় বল দেখি ?

জ্ঞা । আচ্ছা, তোমাকে এখনই দেখাই, এসো মা কাদম্বিনী, মুখ খোল, ( কাদম্বিনীর মুখ খুলিয়া পরে জ্ঞানবালা উপরের ঠোঁট উঠাইয়া এক গাছি ফেঁচলা ঘাসের ডাঁটা ঐ ছিদ্রে দিয়া ) এই দেখ ঐ ছিদ্র মধ্য দিয়া এই ঘাসের ডাঁটা চলিয়া যাইতেছে, এখন বিশ্বাস করিলে ত ?

সু । মা ! মা ! বেশ দেখি একটা ছিদ্র দেখা যাইতেছে, আমার মনে এখন একটু বিশ্বাস দৃঢ় হইল, কেন না তুমি যত কথা বলিয়াছ, তাহা বিশ্বাস করিলেও জাজ্জল্যমান দেখা বিষয় যেমন হৃদয়ঙ্গম হয়, এমন আর কিছুই নহে । আচ্ছা, খাওয়া যে এই লাল দ্বারা পাক হয়, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা । তাহার প্রমাণ এই যে, কোন খাদ্য মুখে দিলেই মুখ এই রসে ভরিয়া উঠে, এবং কোন অস্বাদু জিনিষ দেখিলেই মুখ হইতে এই রস নির্গত হয়, ইহাই লাল, এবং এই গ্রন্থি হইতেই ইহা উৎপন্ন হয় । যদি লাল দ্বারা খাদ্য দ্রব্যের পরিপাকের সহায়তা না হইত, খাদ্যদ্রব্যের সঙ্গে লালের এত নৈকট্য সম্বন্ধ থাকিত না । আবার দেখা যায় যে কোন স্ন্যাজনক দ্রব্য দেখিলে সর্বদা থু থু ফেলিতে হয়, তাহাতে অধিক পরিমাণে লাল উদরস্থ না হওয়ায় পরিপাকের বিঘ্ন হয় ।

সু । খাদ্য মুখে দিলে হয়তো অন্ত্রান্ত গ্রন্থি হইতেও রস

আসিতে পারে। তাহাও হইয়া থাকে, সন্দেহ নাই; কিন্তু অধিক পরিমাণ লাল ঐ দুই গ্রহি হইতে উৎপন্ন হয়।

জ্ঞা। তবে শোন, একটা দেখা ঘটনা বলি। কৰ্ত্তাও ডাক্তার সাহেব একটা রোগীকে চিকিৎসা করিয়াছিলেন। তাহার মুখের বাম পার্শ্বে কাণের মধ্য হইতে মুখ পর্য্যন্ত দা দ্বারা একজন কাটিয়া এক্রপ জখম করিয়াছিল, যে, হাড়ের অর্ধেক পর্য্যন্ত কাটিয়া গিয়াছিল। দুই মাস চিকিৎসা করিয়া ঐ বা আশ্রম করিলে পরও চোয়ালের মধ্যে একটা নালী ঘায়ের মত ছিদ্র রহিয়া গেল, সেই ছিদ্র কিছুতেই বন্ধ হইল না, সকলে নালী বা হইয়াছিল বলিয়া মনে করিল। রোগী আর চিকিৎসা করাইল না, কিছুদিন পর রোগী স্বয়ং আসিয়া বলিল, যে, ঐ ছিদ্র এখনও বন্ধ হয় নাই; যখনই কোন খাদ্যবস্তু মুখের মধ্যে দেয়, তখনই ঐ ছিদ্র দিয়া প্রচুর পরিমাণে পাতলা রস বহির্গত হয়, তাহাতে এমন কি কাপড় পর্য্যন্ত ভিজিয়া যায়। তখন ডাক্তার সাহেব তাহাকে বুঝাইয়া বলিলেন। “লালা নিঃসরণের নালীর সম্মুখের অংশ কাটিয়া গিয়া বা হইয়া বন্ধ হইয়া গিয়াছে, সুতরাং ঐ পথ দিয়া মুখের মধ্যে লাল বহির্গত হইতে পারে না। খাদ্যদ্রব্য মুখে দিলেই রস স্বভাবের নিয়মানুসারে বহির্গত হইয়া বাহিরে পড়ে। তখন সাহেব তাহাকে রাজী করিয়া ঐ ছিদ্র-সোজাসুজি মুখের ভিতর একটা ছিদ্র করিয়া দিয়া রূপার তার দিয়া ভিতরের ছিদ্র মুক্ত রাখিলেন, এবং বাহিরের ছিদ্র সেলাই করিয়া দিলেন। সুতরাং খাওয়ার সময় লাল ঐ কৃত্রিম ছিদ্র দ্বারা মুখের ভিতর বাইতে লাগিল, এবং ক্রমে বাহিরের ছিদ্র বন্ধ হইয়া গেল, এখন বুঝিলে কিনা ?

সু। মা! তবে ত বড়ই আশ্চর্য ঘটনা! ডাক্তারেরা কি বুদ্ধিমান এবং কি কৌশলী! নিয়মিত সময় কোঠ পরিষ্কার না হইলে অসুখ হয় কেন, তাহা বল?

জা। তাহিতো বলিতে গিয়া এত কথা বলিলাম। কারণ, তোমাকে গোড়া হইতে না বলিলে তুমি বুঝিবে না, এবং বিশ্বাসও করিবে না। তবে শুন, পিত্তের যেমন পরিণাকশক্তি আছে, তেমন কিছু বিরেচকগুণও আছে। যকৃতে পিত্তকোষ আছে, যকৃত অত্যন্ত যন্ত্রের দ্বারা একটী যন্ত্র বা কল বিশেষ। এই কল দ্বারা রক্ত হইতে পিত্তকে পৃথক্ করে, এবং তাহা পিত্তকোষ নামক থলীতে জমা থাকে। শারীরিক অনিয়ম বশতঃ যকৃতের কার্যের ব্যতিক্রম ঘটে, অর্থাৎ আহার নিদ্রার অনিয়মে যকৃতের ক্রিয়ার ব্যাঘাত হইলে, পিত্তনিঃসরণের কার্য হ্রাস হয়, এবং যথেষ্ট পরিমাণে পিত্ত নিঃসৃত না হওয়ায় কোঠ বদ্ধ হয়, এবং পেটের মধ্যে মল দূষিত হইয়া দুর্গন্ধময় হাওয়া উৎপন্ন করে, এবং দূষিত অংশ রক্তে শোষিত হইয়া যায়। রক্তে পিত্ত বেশী হওয়ায় শিরঃপীড়া হয় এবং সুখ দিয়া জল উঠে। পরে জ্বরও হইতে পারে। এখন বুঝিলেতো? পিত্ত বৃদ্ধি কাহাকে বলে,—রক্তে পিত্ত বৃদ্ধির নামই পিত্ত বৃদ্ধি।

সু। বুঝিলাম, তবে বুঝি এই জন্মই একটু জ্বর হইলে ডাক্তারেরা জ্বোলাপ দেয়; তাহাতে বোধ হয় পিত্ত নিঃসৃত হয়, এবং দূষিত মল রক্তে শোষিত হইতে পারে না।

জা। হাঁ বাছা! ঠিক কথাই বলিয়াছ।

সু। তবে তো দেখি অনিয়মিত সময় আহার নিদ্রা যাওয়া বড়ই অত্যাশ, ইহাতে সোনার শরীর মাটি করে।

জা। স্নান ও আহারের প্রণালী তোমাকে বলিতে ভুলিয়

গিয়াছি, এখন বলি, শোন। আমাদের দেশের স্নানের রীতি নদী বা পুকুরে নামিয়া স্নান করা। সাহেবগণ বাটীতে স্নান করে, আর আমাদের দেশেও ষাঁহার স্নানে বাস করেন, ও ষাঁহার ভাল অবস্থাপন্ন, তাঁহারও বাটীতে তোলা জলে স্নান করেন। তোলা জলে স্নান করা মন্দ নয়। আমাদের দেশের স্নানের রীতি ভাল নহে। জলে নামিয়া স্নান করা ভাল বটে; কিন্তু, যে পুকুর বা চৌবাচ্চার জল খাওয়া যায় তাহাতে নামিয়া স্নান করার মত অশ্রদ্ধ কাজ আর নাই।

স্ব। কেন? পাড়া গায়ে এমন পুকুরিণী নাই, যে, বাহাতে শত শত লোক নামিয়া স্নান না করে। তাহাতে এমন কি গরু পর্যন্ত নাওয়ান হইয়া থাকে। তাহাতে তো কোন লোকসান হয় না।

জ্ঞা। তুমি ছেলে মানুষ স্বদীর! তাই ইহার গুরুত্বের পরিমাণ বুঝিতে পার নাই। আর তোমাকেই বা কি দোষ দিব গ্রামের বৃদ্ধ প্রাচীনগণ, ষাঁহাদিগকে সকলে বুদ্ধিমান ও বিজ্ঞ বলে তাঁহারাই ইহার অপকারিতা বুঝিতে পারেন না। তবে বলি শোন। পুকুরিণীর জল একটা সীমাবদ্ধ স্থানে থাকে। যত লোক প্রতি দিন তাহাতে নামিয়া স্নান করে, তাহাদের গায়ের ময়লা এবং কাপড়ের ময়লা ধুইয়া গিয়া ঐ জলের সঙ্গে মিলিত হয়। এই প্রকারে প্রতিদিন শত লোকের গায়ের ময়লা সেই সীমা বদ্ধ জলে মিলিত হইয়া থাকে। আবার শুধু গায়ের ময়লা নহে পাড়ার জীলোকে ক্ষার, খইল, গোবর, প্রভৃতি দ্বারা আপন আপন শরীর পরিষ্কার করিয়া থাকে, তাহাতে ঐ পানীয় জলের অবস্থা আরো শোচনীয় হইয়া দাঁড়ায়। ইহা অপেক্ষাও কুৎসিৎ রীতি আছে, ষাঁহার পাচড়া, উপদংশ, বা কুষ্ঠ হইয়াছে

এমন লোকেও ঐ জলে নামিয়া স্নান করে, ও তাহাদের ক্ষত স্থান পরিস্কার করে, এই সমস্তই সেই জল মিশ্রিত হইয়া যায়। পাড়া গাঁয়ের অনেক স্ত্রীলোকের—বিশেষতঃ ইতর জাতীয় স্ত্রীলোকের এমনই কুস্বভাব আছে, যে, তাহারা স্নান করিবার সময় বাড়ী থেকে কিম্বা জঙ্গলের ভিতর হইতে মলত্যাগ করিয়া আসিয়া থাকে, ও স্নানের সময় জলে নামিয়া শৌচ কার্য সম্পন্ন করে। কেহবা মূত্রত্যাগ করিতেও ক্রটি করে না। এখন, দেখ সূধীর! যত ময়লা জলের সহিত ধুইয়া মিশ্রিত হয়, তাহাই আবার পানীয় জলের সঙ্গে উদরস্থ হয়, এবং জলদোষেই নানা পীড়া উৎপন্ন হয়।

সু। কি কি পীড়া হয়?

জ্ঞা। পেটে অমুখ, বদহজমি, আমাশয়, এমন কি কলেরা পর্য্যন্ত হইতে পারে।

সু। মা, কি ভয়ানক কথা! এমন জানিয়া শুনিয়া আপন মলমূত্র আপনিই খায়, ইহার কি প্রতিবিধান করিতে কেহ নাই?

জ্ঞা। পাড়াগাঁয়ে ইহার প্রতিবিধান কে করিবে। সকল গ্রামেই লোকে আপন আপনকে প্রধান বলিয়া মনে করে, কেহ কাহারো কথা শুনে না। যদি এই কথা কেহ কাহাকে বলে, তবে সকলে তাহাকে টিট্কারী দেয়, বিজ্ঞপ করে, এবং শত্রুতাচরণ করে। গ্রামের মোড়লগণ যদি ইহার গুরুত্ব ভাল করিয়া বুঝেন, তবে কি আর লোকে এমন ময়লা খায়! সহরের পুকুরে একুপ হইবার যো নাই। কারণ, গবর্ণমেন্ট বা মিউনিসিপ্যালিটির কর্তৃ-পক্ষীয়গণ বিজ্ঞ লোক, তাহারা কখনই একুপ করিতে দেন না।

সু । আমাদের গ্রামে মজুমদারদের যে পুকুর আছে—বাহার জল আমরা পান করি—তাহারও এইরূপ ব্যবহার করা উচিত । আমি আজ হইতে এবিষয়ের জন্ত সকলকে খোসামোদ করিব, এবং যাহাতে এই কুংসিত রাতি স্থগিত হয় তাহা প্রাণপণে করিব ।

জ্ঞা । বাপু, তুমি ছেলে মানুষ, তোমার কথায় কেহ কর্ণপাত করিবেন না ; তোমার পিতা কতবার এবিষয় লইয়া কমিটি করিলেন, কিন্তু কোনই ফল হইল না । কেহ বা বলেন, হাঁ এইরূপ করা উচিত, কেহবা বলেন, ওসব কথা রেখে দাও, চিরকাল এইরূপে চলিয়া গেল, এখন আবার নূতন বজুরকি । পুকুরে নামিয়া স্নান না করিলে কি শরীর শুদ্ধ হয়, তোলা জলে স্নান করিয়া তৃপ্তি হয় না । সেবার মুখুযোদের ছোট বাবু এক সাইন-বোর্ড লট্কাইয়া দিয়াছিলেন, তাহাতে লিখিয়াছিলেন, কেহ যেন পুকুরে নামিয়া স্নান না করেন, সকলেই উপরে জল তুলিয়া স্নান করিবে, ফাঁক খইল, গোবর কেহ এই জলে ব্যবহার করিতে

পারিবে না । এই কথায় লোকে তাঁহার উপর অত্যন্ত নারাজ হইল, কেহ প্রতিজ্ঞা করিল, “মরিলেও বেটার পুকুরে যাব না, ওর পুকুরে যাই তাহাতেই অহঙ্কার এত বর হইয়াছে, ওর অহঙ্কার চূর্ণ করার দরকার । কেহ বা বলিলেন, “উহাকে সমাজ হইতে একঘরে করিব”, আর হুই চারিজন ছষ্ট লোকে সেই সাইন বোর্ডের নানা বিকৃত অর্থ করিয়া গালাগালি লিখিয়া রাখিল ইত্যাদি, মুখুয্যে মহাশয় বেচারী না টিকিতে পারিয়া সাইনবোর্ডখানা উঠাইয়া লইলেন । এইতো পাড়াগাঁয়ের অবস্থা, আমাদের দেশের লোক এ বিষয়ে এমনই মূর্থ যে, অনেকে কলেরা

ও বসন্ত রোগাক্রান্ত ব্যক্তির কাপড় ও বিছানাদি রাত্রিকালে চুপ করিয়া পুকুরে ধোত করে। তাহারা কিন্তু মনে করে, খুব চালাকী করিলাম এবং অস্ত্রের চক্ষে ধুলি দিলাম। “কিন্তু ইহা একবার বুঝে না, যে, তাহারা নিজের পায় নিজে কুঠার মারে।

সু। মা, তোমার কথা শুনিয়া আমার গা শিহরিয়া উঠে, কি ! কলেরার মলমূত্র পর্য্যন্ত পানীয় জলের পুকুরে ধোত করে ?

জ্ঞা। তা ধোত করে বই কি ; এ কাল্পনিক কথা নহে, কত জন ধরা পড়িয়াছে।

সু। তবে এরূপ অবস্থায় কুয়ার জল খাওয়া ভাল। কারণ, তাহাতে নামিয়া লোকে জল খারাপ করিতে পারে না।

জ্ঞা। হাঁ পাতকুয়ার জল যদি ভাল হয় তবে তাহা অপেক্ষা উৎকৃষ্ট ব্যবস্থা আর নাই ; কিন্তু খারাপ কুয়ার জল হইলে বড় অনিষ্ট হয়।

সু। পাত-কুয়ার আবার ভাল মন্দ কি ? সকলই সমান—সকল কুয়ার জলই মাটির নীচে হইতে উঠে।

জ্ঞা। পাতকুয়া ভাল মন্দ নাই তবে কি, যে স্থানে কুয়া প্রস্তুত হয়, সেখানকার মাটি খুব ভাল হইলে এবং তাহার নিকটে পচা মাটির স্তূপ বা ডোবা না থাকিলে সে কুয়ার জল উৎকৃষ্ট হওয়ার সম্ভব। আবার কুয়ার নিকটে গোবরের রাশ কি পচা আবর্জনা থাকিলে, কিম্বা নিকটে কোন পচা নর্দমা থাকিলে সেই কুয়ার জলও পচা গন্ধ বিশিষ্ট হয়।

সু। বেশত কারণ ! পচা মাটির স্তূপ উপরে থাকে, আর বিশ হাত নীচে কুয়ার জল খারাপ হয় ?

জ্ঞা। প্রথমতঃ দেখ, কুয়ার জল কোথা হইতে আইসে।

সমস্ত বৎসর যত বৃষ্টি হয়, সেই বৃষ্টির জল মাটির নীচে বসিয়া জমা হয়। কুয়া কাটিলে চতুর্দিক হইতে সেই জল চুয়াইয়া কুয়াটি পূর্ণ করে। সুতরাং বুঝিলে, যে স্থানে পচা নর্দমা বা পচা গোবরের রাশ থাকে সেই স্থানের বৃষ্টির জল সেই পচা, গলিত দ্রব্য গুলি খুইয়া নীচে গিয়া জমা হয়, এবং তাহাই তাহার নিকটস্থ কুয়ার ভিতরে গিয়া পতিত হয়, এই জন্য অনেক কুয়ার জল পচা গন্ধ বিশিষ্ট দেখা যায়।

সু। বুঝিলাম, আমাদের দেশের লোক এইটা না জানিয়া শুনিয়া যেখানে সেখানে একটা কুয়া খনন করিয়া ফেলে; কিন্তু একটুকুও বিবেচনা করে না। কুয়ার জল খারাপ হইলে নিজ নিজ অদৃষ্টকে নিন্দা করে।

জ্ঞা। ঠিক কথা বলিয়াছ সুধীর!

সু। নদীর জলে এরূপ কোন দোষ হইবার সম্ভাবনা নাই।

জ্ঞা। যদি নদী খুব প্রশস্ত এবং স্রোতস্বতী হয়, তবে সহজে যেরূপ পুষ্করিণীর জল নষ্ট হওয়ায় সম্ভাবনা থাকে, নদীতে সেরূপ কোন সম্ভাবনা নাই; কিন্তু নদীর জলে যেরূপ অত্যাচার হয় তাহা অকথা, এবং তজ্জন্ত নদীর জলও নিরাপদ নহে।

সু। কেন?

জ্ঞা। নদীর জলে যাহা কিছু নিক্ষেপ করা যায়, সেই সকল নিম্নদিকে স্রোতে লইয়া যায় সত্য; কিন্তু একটা কথা স্মরণ রাখা উচিত, যে, তোমাদের নিক্ষিপ্ত ময়লা যেমন নীচে যায়, সেইরূপ তোমাদের উজ্জানে যে সকল গ্রাম আছে, সেই সব গ্রামের নিক্ষিপ্ত ময়লা তোমাদের ঘাট দিয়া ভাসিয়া যায়, এবং যাহারা নদীর জল খায়, তাহারা সেই ময়লা পানীয় জলের সঙ্গে উদরস্থ করে।



তোমাদের নিকৃষ্ট ময়লা তোমরা খাও না বটে, কিন্তু তোমাদের ভাটিতে যে সব গ্রাম আছে, সেই গ্রামস্থ লোকে উহা জলের সঙ্গে পান করে। আমাদের দেশের লোকেই ঐ ভাব, যত গলিত ও পচা পায়খানার ময়লা এবং মৃত গরু, ঘোড়া প্রভৃতি সমস্তই নদীর জলে ফেলে। এই অভ্যাস যে কত খারাপ তাহা সকলই বুঝিতে পার। এই সকল জন্তু ও গলিত দ্রব্য ক্রমে পচিয়া সমস্ত নদীর জলে ব্যাপ্ত হইয়া পড়ে এবং অস্বাভাবিক সকলেই উহা উদরস্থ করে।

সু। মা! তবে নদীর জল খেতেও ঘৃণা বোধ হয়?

জ্ঞা। তা' হয়ইতো, এত বলিলাম প্রশস্ত ও স্রোতস্বতী নদীর কথা, কিন্তু যদি ছোট নদীর কথা ধর—যাহাতে বৎসরে ৯মাস জলের স্রোত থাকে না, তাহা ভাবিলে আরো ভয়ঙ্কর। বর্ষাকালে বড় কি ছোট নদী উভয়েই নানা উচ্চ স্থানের ময়লা এবং পাহাড়ের পচা গলা বৃষ্টির জলে ধুইয়া গিয়া নদীর জলের আকারের বৃদ্ধি করে, অতএব বর্ষাকালে কোন নদীর জলই পান করা উচিত নয়। যে সকল নদীর স্রোত বর্ষান্তে বন্ধ হয়, তাহার দশা ও পুষ্করিণীর দশা প্রায় সমান, বরং পুষ্করিণী অপেক্ষা ঐ সকল নদীতে অত্যাচার আরও বেশী হয়।

সু। কেন?

জ্ঞা। তাহার কারণ, নদীর কোন মালিক নাই, নির্দিষ্টবাদে তাহাতে যথেষ্ট অত্যাচার হইয়া থাকে। আর এক রীতি আছে, যত মরা তাহা এই নদীর তীরে জালান হয়, এবং কখন বা অর্ধ দশাবস্থায় সেই মৃত দেহ জলে ফেলা হয়, তাহা আবার পচিয়া জল অত্যন্ত খারাপ করে। পাড়া গায়ে অনেক জলে

পাট পচার, কেহবা কলেরা রোগীকে জলে ফেলিয়া দেয়, এবং পালে পালে গরু, ঘোড়া, মহিষ জলে নামাইয়া স্নান করায়, এবং এই জলে কাঁচ ও কাঠ ভিজাইয়া রাখে ইত্যাদি ।

সু। বাপরে! এত অত্যাচার করে ইহা দেখি পুরুষিণী অপেক্ষাও ভয়ঙ্কর ।

জা। তাহা বইকি ?

সু। মা, আমি তোমার নিকট যত উৎকৃষ্ট কথা শিক্ষা করিলাম, তাহা ভাবিয়া আর আমার আনন্দ ধরে না ; মা, তোমার মত সকল মাই যদি আপন আপন সম্মানদিগকে এত প্রয়োজনীয় বিষয় শিক্ষা দেয়, তবে কি আমাদের দেশের সমাজের অবস্থা এই রূপ হইতে পারে ।

জা। সকল মাতার পক্ষে আপন ছেলেকে শিক্ষা দেওয়া সম্ভব নহে, কেন না অনেকেই লেখা পড়া জানে না—আবার যাঁহারা জানেন, তাঁহারাও শৈথিল্য বশতঃ বা কুসংস্কার বশতঃ এ বিষয় দৃষ্টি করেন না । সভ্য দেশে বিশেষতঃ বিলাতের লোকেরা কেন এত চারি চৌপাটে বিচক্ষণ হয় তাহা জান ? তাহারা শিশু কাল হইতেই মায়ের নিকট জীবনের প্রয়োজনীয় বিষয় সকল শিক্ষা পায় । আবার সেই শিক্ষা স্কুলের শিক্ষার সঙ্গে মিলিত হইয়া ছেলেগুলিকে এক প্রকৃত মানুষের দিকে পরিচালিত করে । তাহা হ'লে কি কেবল স্কুলে পড়িলেই লোকে এত মহৎ হইতে পারে ? মায়ের হাতে ছেলের জীবন যেন কাঁচা মাটি । কাঁচা মাটি যেমন ভাবে গড়িবে সেই ভাবেই রহিবে, কিন্তু মাটি শুকাইলে তাহা আর ইচ্ছামত গঠন করা যায় না, ছেলে বেলা হইতেই সুশিক্ষা দিলে ছেলেরা বেশ মানুষ হয় ।

সু। তবে স্নানের কি ব্যবস্থা করিবে ?

জ্ঞা। বাহাদের অবস্থা ভাল, তাহাদের তোলা জলে স্নান করা মন্দ নহে। শীতকালে ঈষৎ জলে স্নান করিবে, এবং গ্রীষ্মকালে ঠাণ্ডা জলে স্নান করিবে।

সু। স্নান করার সময় তৈল মাখা রীতিটা কেমন ?

জ্ঞা। যদি স্নান করার সময় গা বেশ করিয়া মাজিয়া তৈল উঠাইয়া ফেলিতে পারে, তবে তৈল মাখা মন্দ নয়।

সু। তৈল না উঠাইলে কি হয় ?

জ্ঞা। তৈল না উঠাইলে শরীরে ময়লা আঁটিয়া গিয়া ঘাম বাহির হওয়ার ব্যাঘাত হয়, কাজেই পীড়া হওয়ার সম্ভব।

সু। কেন তৈল মাখায় কি তবে গুণ নাই ?

জ্ঞা। গুণ আছে বই কি, তৈল মাখিলে চর্ম মসৃণ থাকে, এবং খুজ্জলি প্রভৃতির পক্ষেও ভাল।

সু। কোন তৈল ভাল ?

জ্ঞা। খুজ্জলীর পক্ষে খাটি সরিষার তৈল ভাল।

সু। কেন সরিষার তৈলে এমন কি জিনিষ আছে, যে, তাহা খুজ্জলির পক্ষে ভাল ?

জ্ঞা। তুমি জান যে খুজ্জলি হইলে ডাক্তারেরা গন্ধকের মলম দেয়। সরিষার তৈলে ঐ গন্ধকের ভাগ বেশী আছে, তাহাতেই খুজ্জলি আরাম হয়, কিন্তু সরিষার তৈল মাখায় দিলে মাথা আটা হয়।

সু। মাখায় কোন তৈল দিবে ?

জ্ঞা। মাখায় দেওয়ার পক্ষে নারিকেল তৈল খুব ভাল, কেননা উহা মস্তিষ্কে স্নিগ্ধ রাখে, তিলের তৈলও মন্দ নয়।

স্ব : সাহেবগণ তৈল মাখে না শুনি, তাহাদের স্বাস্থ্য কি ধারাপ ?

জ্ঞা । „সাহেবের“ তৈল মাখে না বটে, কিন্তু তাহারা সাবান মাখিয়া স্নান করে। সাবানও তৈল দ্বারা প্রস্তুত হয়। স্নানও গাত্র মার্জনের পক্ষে সাবান উৎকৃষ্ট ; সাবানের মত তৈলে গায়ে ময়লা পরিষ্কার হয় কিন্তু পূর্বেই বলিয়াছি। তৈল মাখিয়া শরীর যদি না মাজিয়া ফেলা যায়, তবে শরীরে ময়লা আঁটিয়া যায়, এবং ঘামের পক্ষে ব্যাঘাত জন্মায়, আর পরিষ্কার কাপড় গায়ে দিলে তৈলের ময়লায় শীঘ্র ময়লা হইয়া যায়।

স্ব : তবে সাবান ব্যবহার করাই কি ভাল ?

জ্ঞা । আমার মতে গায়ে সাবান ও মাথায় একটু নারিকেল তৈল ব্যবহার করিলেই বেশ উপকার হয়। মাসে দুই দিন কি একদিন মাথাটা সাবান দ্বারা ধুইলেই যথেষ্ট হয়। আমাদের দেশে যখন তৈল মাথার রীতি হইয়াছিল, তখন সাবান কাহাকে বলে কেহ জানিত না ; এখন যখন সাবান সস্তা এবং নানা মনোমুগ্ধকর মসলার উহা প্রস্তুত হয়, তখন সাবান ব্যবহার করাই উচিত। সাবানে শরীরের ময়লা ছাপ করিয়া ঘাম নির্গমনের সুবিধা করিয়া দেওয়ায় শরীর সুস্থ থাকে।

স্ব : তবে আমি সাবানই ব্যবহার করিব। তৈল গায়ে মাখিলে যখন গায়ে ময়লা আটকাইবার সম্ভাবনা, তখন আর গায়ে তৈল মাখিব না, স্নান করা সম্বন্ধে আর কি কি নিয়ম ?

জ্ঞা । আর বেশী কিছু দেখিতে হবে না, তবে পচা জলে কখনও স্নান করিবে না। কারণ, তাহাতে খুজুলি প্রভৃতি হইতে পারে। আর জলে নামিয়া স্নান করিলেও অনেকক্ষণ জলে

ডুবাবুঝি করা উচিত নহে। একটু সাঁতার খেলা বরং ভাল। পনের মিনিটের বেশী জলে থাকা উচিত নহে। আর এক কথা, স্নানের ঘাট অনেক দূরে হইলে ভিজ্ঞে কাপড় অনেকক্ষণ থাকা উচিত নহে। স্নান করিবার সময় শুকনা কাপড় জুতা ও ছাতা সঙ্গে লওয়া উচিত, খালি পায়ে চলা যাহাদের অভ্যাস নাই, তাহাদের পায়ে চোট লাগিয়া জখম হইতে পারে। রৌদ্রের সময় স্নান করিয়া আসিলে রৌদ্র লাগিয়া হয়তো মাথা ধরিতে পারে, তজ্জন্য ছাতা লইয়া যাওয়া কর্তব্য।

স্ন। কোন্ সময় স্নান করা উচিত ?

জা। আমাদের দেশে অনেকেই ১০, ১১, ১২টার সময় স্নান করে। অধিক রৌদ্রের উত্তাপে পুকুরের জল গরম হইয়া উঠে; বিশেষতঃ গ্রীষ্মকালে বেলা দুই প্রহরের সময় স্নান করা অন্তায়। সাহেবগণ এ রীতির পক্ষপাতী নহেন। তাঁহারা সন্ধ্যা বেলায় ও প্রত্যুষে স্নান করেন।

স্ন। স্নান আহারের পূর্বে কি পরে করা উচিত ?

জা। স্নান আহারের পূর্বেই করা উচিত। কেননা, আহারের পর স্নান করিলে পরিপাক শক্তির ব্যাঘাত হয়।

স্ন। আহারের কোন নির্দিষ্ট নিয়ম আছে কি না ?

জা। আছে বই কি। কোন্ কোন্ সময় আহারের নিয়ম, তাহা পূর্বেই বলিয়াছি। এখন কি প্রশ্নালীতে আহার করিবে তাহাই বলিতেছি—তাহা আর বেশী কিছুই নহে। আহার করিবার সময় আস্তে আস্তে চিবাইয়া আহার করিবে। কার্ণের অম্ল-রোধে বা পড়ার চাপে তাড়াতাড়ি আহার করিবে না। অত্যন্ত গরম গরম আহার করা ভাল নয়, তাহাতে পরিপাকের ব্যাঘাত

হয়। বেশী গরম জিনিষ কখনই খাবে না, তাহাতে যে কেবল পরিপাক শক্তির ব্যাঘাত হয়, তাহা নহে, জিহ্বা এবং মুখ দগ্ধ হইয়া বেদনা উৎপন্ন করিতে পারে। প্রথমে সহজে হজম হয়, একরূপ দ্রব্য খালি পেটে আহার করিবে; খালি পেটে কঠিন ও দুশ্চাচ্য দ্রব্য খাইলে পেটে বেদনা হইতে পারে। আহার করিতে করিতে যখনই ক্ষুধার শান্তি হইল দেখিবে, তখনই মনে করিবে, আহার সমাপ্ত হইল। তাহার পর কখনই আহার করিবে না। লোকের অনুরোধে বা কোন স্তম্ভিত দ্রব্যের খাতিরে কখনই অতিরিক্ত আহার করিবে না, তাহা পূর্বেই বলিয়াছি। এই নিয়ম যে পালন করে, তাহার কখনও পেটের অস্বস্তি করে না বা অজীর্ণ জন্মায় না। অস্ত্রের অনুরোধে খাইলে অস্ত্রের কোন অনিষ্ট হইবে না, ভুগিতে তুমিই ভুগিবে। অনেকে একদিন আহার করিয়া তিন দিন কষ্ট পান, তাহা কখনই করিবে না।

সু। না, মা, একরূপ কখনই করিব না এবং আমার ক্লাসের অন্যান্য কেহ একরূপ কখনও না করে, তাহাও বুঝাইয়া দিব।

জা। আচ্ছা, এখন জলবায়ুর দোষগুণ সম্বন্ধে কিছু বলা যাউক। শারীরিক নিয়ম সম্বন্ধে যাহা যাহা তোমাকে বলিলাম, জল ও বায়ুর বিশুদ্ধতা শিক্ষা করা তাহা অপেক্ষাও গুরুতর বিষয়। আমাদের দেশের সাধারণ লোকে জলবায়ুর দোষ গুণের প্রতি দৃষ্টি করে না। আর জলবায়ুর বিশুদ্ধতা ও উপকারিতা সম্বন্ধে বিশ্বাসও করে না, বিশ্বাস করিলেও জাতীয় শৈথিল্য বা দেশাচার গুণে তদনুযায়ী কার্য্য করে না, আমি সেই জন্য তোমাদের মত ছোট ছেলেকে গোড়া হইতেই এই সকল গুরুতর বিষয়গুলি হৃদয়ে উত্তমরূপে ধারণা করাইয়া দিবার চেষ্টা করিব। তোমাদের

দ্বারা ভবিষ্যতে ইহার ফল ফলিবে। বিলাতী লোকের এবিষয় এক প্রকার অভ্যস্ত হইয়া গিয়াছে। জলবায়ুর দোষগুণ দেখিলে তাহাদের কি মূর্থ, কি বিজ্ঞ সকলেই বুঝিতে সক্ষম হয়, তাহা নহে, প্রত্যুত তদনুরূপ কার্য্যও করিয়া থাকে। আমারও এই ইচ্ছা, গোড়া হইতেই তোমাকে যেমন শিক্ষা দিয়া ভাল মন্দ বুঝাইতেছি, তুমিও ভবিষ্যৎ জীবনে তদনুরূপ কার্য্য করিবে।

সু। জলের দোষ গুণের কথা ইহার আগেই বলিয়াছ, পৃষ্ঠগীর এবং নদীর জল কিরূপে খারাপ হয় এবং কুয়ার জল কিরূপে দূষিত হয়, তাহাও বুঝাইয়া বলিয়াছ।

জ্ঞা। হাঁ, জলের কথা অনেক বলিয়াছি বটে, কিন্তু বিশুদ্ধ জল পানের ব্যবস্থা বলি নাই। বিশুদ্ধ জল বর্ণহীন, স্বচ্ছ এবং কোন প্রকার গন্ধ ও স্বাদবিহীন।

সু। কোন্ জল বিশুদ্ধ?

জ্ঞা। বৃষ্টির জল সর্বাপেক্ষা উৎকৃষ্ট, পরিস্কৃত জলও খুব বিশুদ্ধ। কিন্তু বৃষ্টির জল বর্ষাকালেই প্রচুর পাওয়া যায়। স্ততরাং বর্ষাকালেরই উপযোগী, কেননা বর্ষাকালে নদী-নালা, কুয়া, পুকুর প্রভৃতি ময়লা জলে পরিপূর্ণ হয়। তখন বিশুদ্ধ জল বড় মেলে না।

সু। পরিস্কৃত জল কাহাকে বলে?

জ্ঞা। পরিস্কৃত জল, কলের দ্বারা চুমাইয়া বাষ্পাকারে সঞ্চিত হয়, বড় বড় ঔষধালয়ে ইহা দ্বারা ঔষধ প্রস্তুত হইয়া থাকে।

সু। বৃষ্টির জল কি বিশুদ্ধ বলিয়া গণ্য? আমাদের দেশের লোকে বৃষ্টির জলকে ভাল বলিয়া মনে করে না।

জ্ঞা। কি করিয়া বৃষ্টির জল ধরিতে হয়, আমাদের দেশের লোকে তাহা জানে না। খড়ের ঘরের চাল ধুইয়া বা দালানের

ছাদ গড়াইয়া যে জল নীচে পড়ে, তাহাই দেখিয়া বৃষ্টির জলের প্রতি ভক্তি হয় না ।

স্ব । কি করিয়া বৃষ্টির জল ধরিতে হয় ?

জ্ঞা । খুব ধোলাই একখানা মোটা চাদর চাঁদোয়ার মত উপরে টাঙ্গাইয়া, তাহার নিচে খুব বড় একটা টব বা বড় একটা জালা, একটু উচ্চ আসনে বসাইয়া রাখিলে ঐ কাপড়ের উপর যত জল পড়ে তাহা নিম্ন স্থিত টবে সঞ্চিত হয় ।

স্ব । আর কোন উপায় ?

জ্ঞা । আর এক উপায় এই, যাহাদের টিনের ঘর আছে, তাহারা যদি ঘরের ছায়ায় অর্ধ-চন্দ্রাকৃত আলম্ব টিনের খোল রাখিয়া একদিক্ একটু নিম্ন করিয়া রাখেন, তাহা হইলে ঘরের উপরে যে জল পড়ে, তাহা ঐ টিনের খোল দ্বারা নিম্নগামী হয় । এবং বৃষ্টির সময় ইচ্ছামত জল ধরিয়া রাখিতে পারা যায় । কিন্তু টিনের ঘরের জল ধরিতে একটু সাবধান হইবে । বৃষ্টির আগে ঘরের চাল দেখা উচিত । কেননা নানাপ্রকার ময়লা ও কাক প্রভৃতির বিষ্ঠা চালের উপর থাকিতে পারে ; জল ধরিবার সময় আগে কিছু পরিমাণে জল চাল ধুইয়া পড়িয়া গেলে পরে জল ধরা উচিত ।

স্ব । তবে যাহাদের টিনের ঘর নাই, তাহাদের পক্ষে বিস্তৃত জল ধরা হইবে না ?

জ্ঞা । কেন, পূর্বোক্ত প্রকার কাপড় দ্বারা ধরিতে পারা যায় । আরও এক কাজ করিতে পার, আঙ্গিনায় চারিটা খুঁটি পুতিয়া পাঁচ খানা করুগেটেড্ টিন দ্বারা একটা চৌবাচ্চার মত করিয়া রাখিলে তাহাতে প্রচুর জল জমিতে পারে ।



সু। করুগেটেড্ টিন কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। যে টিন দ্বারা ঘর ছাওয়া যায়, তাহাকে করুগেটেড্ টিন বলে ।

সু। সে তো একটা সোজা কাজ নহে, তাহাতে পয়সা ও বুদ্ধির প্রয়োজন, ইহা হয় তো অনেকেই উপহাস করিয়া উড়াইয়া দিবে ।

জ্ঞা। আমাদের দেশের লোককে সংপরামর্শ দিলেই তাহা উপহাস করিয়া উড়ায়, একটু বুদ্ধি খাটান বা দু পয়সা খরচের কাজ পড়িলেই লোকে তাহা হইতে বিরত হয়, এই জন্তই তো এত হৃদশা ।

সু। কি হৃদশা ?

জ্ঞা। হৃদশা বই কি, এই সকল নিরুত্তমতা, অলস প্রকৃতি এবং কুসংস্কারেতেই এদেশের অবস্থা মাটি হইয়াছে । সেই জন্তই আমাদের দুর্ববস্থার একশেষ, সেই জন্তই লোকে অন্ন পায় না, যদি সকলে পরিশ্রমী ও উত্তমশীল হইত এবং বুদ্ধি খাটাইতে জানিত, দেখিয়া শুনিয়া শিখিত, তাহা হইলে আজ দুই শত বৎসরকাল ইংরেজের অধীনে থাকিয়া ইংরেজের যে সমস্ত গুণ তাহা শিক্ষা করিতে পারিত, কিন্তু দোষের ভাগ বেশ শিক্ষা করিয়াছে ।

সু। দোষের ভাগটা কি ?

জ্ঞা। দোষের মধ্যে মদ খাওয়াটাই বিশেষ উল্লেখ যোগ্য । নব্য বাবুদের অনেকেই এ বিষয়ে সাহেবদের অনুকরণ করেন, পিতা মাতা ও আত্মীয়গণকে বড় জিজ্ঞাসা করেন না ।

সু। টিনের দ্বারা কিরূপ জলের বন্দোবস্ত করিবে তাহা বুঝিলাম ।

জ্ঞা। ইহাতে কিছু খরচ হইবে সন্দেহ নাই, দশ বার টাকা খরচ হওয়ার সম্ভব, কোন লোহার কামার দ্বারা চারি খানা টিনের চারি কিনারায় নিম্নে একখানি টিন জুপ্ দ্বারা আঁটিয়া একটা চৌবা-  
চার আকার নির্মাণ করিবেক ; এবং রাস্তা দ্বারা তাহা একরূপ  
ভাবে ঝালিবে যে, জল না পড়ে । এই টিনের চৌবাচ্চাটি খুঁটি দ্বারা  
উচ্চে আবদ্ধ রাখিবে, আষাঢ় হইতে আশ্বিন মাস পর্য্যন্ত প্রায়  
মাঝে মাঝেই বৃষ্টি হয়, বৃষ্টির জল ঐ টিনের পাত্রে সঞ্চিত হইলে  
উহা উঠাইয়া লইয়া হাঁড়ী, জালা প্রভৃতি পাত্রে জমা করিয়া রাখি-  
লেই পানীয় জলের উৎকৃষ্ট ব্যবহার হয় । একরূপ ব্যবস্থা করিলে  
দুই তিনটা পরিবারের পানীয় জল পাওয়া যাইতে পারে ।

সু। বিগুন্ধ জলের বিষয় শিখিলাম, কিন্তু অবিগুন্ধ জলের  
পরীক্ষা কিরূপ ?

জ্ঞা। অবিগুন্ধ জলের পরীক্ষা ঠিক বিগুন্ধ জলের বিপরীত ।  
ঘোলা, কাল রং, কখন কখন বা লাল রং বিশিষ্ট জল পান করিলে  
একরূপ গন্ধ পাওয়া যায়, কোন কোন জলে কষায় আশ্বাদ  
পাওয়া যায় ।

সু। জলের স্বাভাবিক রং বা স্বাদের পরিবর্তন হওয়ার  
কারণ কি ?

জ্ঞা। জলের সঙ্গে নানা ধাতব দ্রব্য, গলিত উদ্ভিদ সকল  
মিশ্রিত হইলে স্বাদের ও রংএর পরিবর্তন ঘটিয়া থাকে । বর্ষা-  
কালে নদীর জলে মাটি মিশ্রিত হওয়ায় স্বাদের ও রংএর ব্যতিক্রম  
হয়, এবং উচ্চ স্থান হইতে নানা প্রকার গলিত পদার্থ ধৌত হইয়া  
আসিয়া নদীর জলে মিশ্রিত হওয়ায় জল খারাপ করিয়া তুলে,  
কোন কোন পুকুরের কিনারায় নানারূপ জঙ্গল ও গাছ গাছড়া

থাকে, তাহাও পচিয়া জলের রং ও স্বাদের ব্যতিক্রম ঘটে । কুয়ার জলে যুতিকার নিম্নে ধাতব পদার্থ, লবণ প্রভৃতি মিশ্রিত থাকায় এক প্রকার কষায় স্বাদ অনুভূত হয় ; কুয়ারে ও পাতা পচিয়া এবং ভেক ইন্দুর প্রভৃতি সময় সময় মরিয়া ঐ জলকে দূষিত করে ।

স্ব । উঃ ! জলের তবে সামান্য আপদ নহে !

জ্ঞা । ইহা ভিন্ন আর একটা আপদ আছে ।

স্ব । সে কি ?

জ্ঞা । সে এক প্রকার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কীটগু, উহা জলে ভাসিয়া থাকে, পুরাতন ও ছায়া যুক্ত কুপের জলে ও জঙ্গলাবৃত পুরাতন পুকুরে অধিক পরিমাণে উৎপন্ন হয় । ইহাদের মধ্যে আবায়ুজী প্রকৃষ আছে ; উহাদের শীঘ্র শীঘ্র বংশ বৃদ্ধি হয় ।

স্ব । কই, সে কীটগু তো আমরা কখনও দেখি নাই !

জ্ঞা । তাহা কি আর চক্ষে দেখা যায় ? অনুবীক্ষণ নামক যন্ত্রে এক ফোঁটা জল রাখিয়া দেখিলে বেশ প্রতীয়মান হয় ।

স্ব । সেই কীটের কি আকৃতি ?

জ্ঞা । সেই কীটের নানা জাতি আছে, এবং নানা জাতির নানারূপ আকৃতি দেখা যায়, কিন্তু তাহা সাধারণ-চক্ষে দেখা যায় না । অনুবীক্ষণ যন্ত্র দ্বারা দেখিলে বড় বড় কচ্ছপাকার, মৎস্যাকার ইত্যাদি দেখা যায় ; এইরূপ কত শত কীট যে দেখা যায়, তাহার ইয়ত্তা নাই ।

স্ব । সর্বনাশ, এক ফোঁটা জলে এত কীট দেখা যায়, না জানি আমরা পানীয় জলের সঙ্গে প্রতিদিন কত লক্ষ কীট উদরস্থ করি । হায় ! হায় ! লোকে জানিতে পারিলে কি

আর এমন জিনিষ উদরস্থ করে, মা! তুমি কি এই কীট দেখিয়াছ ?

জ্ঞা। বাপু! আমি না দেখিলে কি তোমাকে এই সব কথা বলি।

সু। কোথায় শিথিলে ?

জ্ঞা। আমি কর্তার কাছে শিথিয়াছি, তিনি আমাকে দেখাইয়াছেন। আমিও তোমার মত অজ্ঞ ছিলাম, কত তর্ক করার পর আজ বিশ বৎসর যাবৎ এই সব শিথিয়াছি, কর্তার এত কষ্ট করিয়া শিক্ষা দিবার উদ্দেশ্য এই যে, আমি যেন ছেলে পেলেকে এই সকল কথা শিখাই—এই তাঁহার বিশেষ অনুরোধ। আমি আলস্য পরিত্যাগ করিয়া সকল কাজ কর্ম ফেলে তোমাদের সঙ্গে দিন রাত্রি যে এত বকিতেছি—তাহার কারণ এই।

সু। আমিও সকল ছেলেকে শিখাইব যে, ঐ সকল পোকা দ্বারা কি অনিষ্ট হয়।

জ্ঞা। ঐ সকল পোকা দ্বারা পেটের অসুখ হয়, আমাশয় ও কলেরা হইতে পারে, জ্বর এবং ক্ষয় ও ইহাতে হওয়ার সম্ভব।

সু। সেই জন্তই বোধ হয় বাঙ্গালী এত কাহিল, দুর্বল ও চিররোগা।

জ্ঞা। তা নয়তো কি। পল্লী গ্রামের যে সকল স্থান খুব ভাল, নদীর ধারে তথায় এই সব পীড়া খুব কম। যে সকল গ্রাম অপেক্ষাকৃত উচ্চ স্থানে, এবং যেখানে জঙ্গল নাই, সেখানকার লোক অপেক্ষাকৃত সুস্থ, সবল, এবং নীরোগী, আর যেখানে দেখিবে পুরাতন গ্রাম জঙ্গলাদি পরিপূর্ণ, খাল, নালা, ডোবা সকল জঙ্গলে ঢাকা, তথাকার সকল লোকেরই প্রায় প্লীহা, যক্ষ্ম, উদরাময় প্রভৃতি নানা রোগ দেখিতে পাওয়া যায়। এবং তথাকার লোকও

দে খিতে ছুঁবল, এসব জলের দোষেই হয়, কিন্তু লোকে বৃথা স্বীয় অদৃষ্টকে দোষারোপ করে ও ঈশ্বরকে নিন্দা করে ।

সু। মা ! পল্লীগ্রামের পুরাতন কুশ ও পুকুরের জলের যে ভয়ানক কথা শিখিলাম, তাহাতে সর্বদা মনে একটা আশঙ্কা রহিয়া যাইবে । স্থানান্তরে দুই চারি দিনের জন্ত গেলে যে তৃপ্তির সঙ্গে জলপান করা ঘটিবে না, যখন এ সকল জানিতাম না, তখন কোন লেঠাই ছিল না । এখন কি উপায়ে এই আশঙ্কা দূর হইতে পারে তাহা বল । যদি বৃষ্টির জল না মিলে, ভাল পুকুরের বা নদীর অথবা কুমার জল না মিলে, তবে কি উপায় করিব ?

জ্ঞা। ইচ্ছা থাকিলেই একটা না একটা উপায় অবলম্বন করা যায়, চেষ্টার অসাধ্য কাজ নাই ।

সু। কি, কি উপায় অবলম্বন করা যাইবে ?

জ্ঞা। বর্তমান সময়ে আবিষ্কৃত ফিল্টারগুলি এ বিষয়ে খুব ভাল ।

সু। ফিল্টার কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। ফিল্টার জলশোধক যন্ত্র বিশেষ । পথিকের পক্ষে ছোট ছোট বোতলের ফিল্টার ভাল । এই সকল বোতলের মধ্যে কয়লা ও বালু এমন ভাবে রাখা হইয়াছে যে, তাহার মধ্য-দিয়া জল প্রবেশ করিলে জলের দূষিত পদার্থ গুলি কয়লা ও বালুকা দ্বারা শোধিত হইয়া জলকে শোধিত করে । একটা বালুতি বা জলের হাঁড়ির মধ্যে ঐ ফিল্টারের বোতলটা বসাইয়া রাখিয়া দিলে তাহার স্বল্প স্বল্প ছিদ্র দ্বারা ভিতরে জল প্রবেশ করে এবং প্রয়োজন মত সেই জল পান করিলে বিশেষ আশঙ্কা থাকে না । যে জলে এই ফিল্টার রাখিবে তাহা পূর্বেই খুব ফুটাইয়া লওয়া উচিত ।

সু। কেন জল ফুটাইবার প্রয়োজন কি ?

জ্ঞা। জল খুব গরম করিলে তাহাতে যে জীবিত পদার্থ থাকে, সব মরিয়া যায়। এবং ফিল্টার দ্বারা অন্ত্যন্ত দূষিত বস্তু শোধিত হয়।

সু। জল ফুটাইলেও কি খুব ভাল ?

জ্ঞা। ভাল যে তা এক শ বার।

সু। ঐ ফিল্টারের দাম কত ?

জ্ঞা। দুই টাকা হইতে ১০/১৫ টাকা পর্য্যন্ত ছোট ছোট ফিল্টারের দাম, খুব বড় বড় ফিল্টারের দাম ১৫০/২০০ টাকা পর্য্যন্ত আছে।

সু। সকলের ভাগ্যেতো ফিল্টার কেনা ঘটে না, আবার দেশের গোড়া হিন্দুগণও ফিল্টারের জল পান করিবেন না, তখন কি উপায় ?

জ্ঞা। তাহার উপায় এই যে জল ফুটাইয়া পরে ছাঁকিয়া খাওয়া মন্দের ভাল, তাহাতে একটু কপূর দিলে আরও ভাল, কারণ কপূরের কীটনাশিনী শক্তি আছে, জল শোধন করিবার আর এক প্রশস্ত উপায় আছে, ঘরেও ফিল্টার প্রস্তুত করিয়া লওয়া যাইতে পারে তাহা খুব সহজ।

সু। কি প্রকার ?

জ্ঞা। ইহাতে তিনটি ইঁড়ির প্রয়োজন। প্রথম ইঁড়িতে কয়লা, দ্বিতীয় ইঁড়িতে পরিষ্কৃত ধোয়া বালু রাখিবে, এই দুইটি ইঁড়ির নিচেই গোল গোল ছিদ্র করিবে এবং ঝরণার মত প্রস্তুত করিবে ও অত্র একটা ইঁড়ীর মুখে পরিষ্কার তাকড়া দিয়া সর্ব নিম্নে রাখিবে এবং একটা তিন থাক যুক্ত ত্রিপায়ার উপর

এই হাঁড়ী তিনটি এমনভাবে রাখিবে, যেন কয়লার হাঁড়িটি সর্ব-উপরে থাকে এবং বালুকার হাঁড়িটি মধ্যে, তাহার নিম্নে মুখে কাপড় দেওয়া হাঁড়িটি থাকিতে পারে। প্রথমে কয়লাপূর্ণ হাঁড়িতে জল ভরিয়া দিবে, ঐ জল ক্রমে ক্রমে ঝরণার মত কয়লার মধ্য দিয়া বালুকাপূর্ণ হাঁড়িতে পড়িবে। ইহাতেই এককালে ছাঁকার কার্য্যটি হয়, কিন্তু মনে রাখিবে এই সামান্য ফিল্টারটিতে জল খুব ফুটাইয়া দিবে।

স্ব। এ ফিল্টার ও ইংরেজী ফিল্টারে কি প্রভেদ ?

জ্ঞা। অবশ্যই কিছু প্রভেদ আছে, কিন্তু এই উপায়ই বৃষ্টির জল শোধন করার এক প্রশস্ত উপায়। আমার মতে পল্লীগ্রামের ঘরে ঘরে এই প্রকার ফিল্টার প্রস্তুত করিয়া তাহার জল পান করিলে এত অনিষ্ট হইতে পারে না।

স্ব। এমন সহজ উপায় অবলম্বন করিলেই যদি রোগ ও শোক হইতে মুক্ত হওয়া যায়, তবে কে না এইরূপ করে ? বোধ করি লোকে জানে না বলিয়াই করে না।

জ্ঞা। জানিবে না কেন ? অনেকে জানিয়াও করে না, সেবার কঁর্তা কত লোককে পরামর্শ দিলেন ও প্রস্তুত করিয়া দেখাইলেন, কিন্তু কেহ গ্রাহ্য করিল না।

স্ব। তাইতো লোককে ভাল কথা শিখাইলেও যদি না শিখে বা তদনুযায়ী কার্য্য না করে, তবে বড়ই দুঃখের বিষয়, এবং দেশের অমঙ্গল। কুমার ও পুকুরের জল সংশোধন করিবার কি আর কোন উপায় নাই।

জ্ঞা। আছে বই কি। যদি কোন পুরাতন পুকুর হয়, এবং গ্রীষ্মকালে যদি তাহার জল শুকাইয়া যায় তখন তাহার পঙ্কোদ্ধার

করা উচিত । ইহা অবশ্য ব্যয়বাহ্য্য সনেহ নাই । যে জনই জীবন মৃত্যুর কারণ, সেই জল ভাল করিবার জন্য যে একটা ব্যয় হইবে, তাহা কি অপব্যয় বলিয়া গণ্য করা উচিত । আর পুকুরে পানী ও শেওলা থাকিলে তাহা ফেলিয়া দেওয়া উচিত, এবং পুকুরের চারি ধারে যে জঙ্গল থাকিবে, তাহা কাটিয়া বেশ পরিষ্কার করিবে, এবং পুকুরের নিকটবর্তী বড় বড় গাছ পর্য্যন্ত কাটিয়া ফেলিবে, নচেৎ তাহাতে পুষ্কর্ণীর জলে রোদ্র লাগিতে পায় না । এবং ঐ সব গাছের পাতা পুকুরে পড়িয়া জল খারাপ করে ।

স্ব । পুকুরের জলে রোদ্র লাগিলে কি হয় ?

জ্ঞা । রোদ্রের তাপে জল ভাল থাকে, এবং পূর্বে বলিয়াছি যে পচা পুকুরের জলে অসংখ্য কীট থাকে, রোদ্রের তাপে সেই প্রকার কীট সকল মরিয়া যায় ।

স্ব । তবে রোদ্রের তাপ তো ঐ সকল কীট নষ্ট করিবার এক স্বাভাবিক নিয়ম ।

জ্ঞা । যদি পুকুরের পঙ্কোদ্ধার করা সম্ভব না হয়, তবে বৃক্ষাদি পরিষ্কার করিয়া খুব বেশী পরিমাণে জুঁড়া চূণ নৌকায় করিয়া সমস্ত পুকুরে ছড়াইয়া দেওয়া কর্তব্য । চূণের দ্বারা জল শোধন করা যায় । জলে চূণ দিয়া সমস্ত জল একবার আলোড়ন করিয়া দিবে ।

স্ব । কুয়া সম্বন্ধেও কি এই নিয়ম ?

জ্ঞা । হাঁ কুয়া সম্বন্ধেও ঠিক এই নিয়ম, তবে কুয়ার আরতন ছোট বলিয়া কুয়ার জলকে আরো নিরাপদ করা যায় ।

স্ব । সে কি প্রকার ?



জ্ঞা। কুম্ভার নিকটে জঙ্গলাদি থাকিলে তাহা পরিষ্কার করিবে, এবং পুরাতন কুম্ভার ভিতরে যদি কোন গাছ গাছড়া থাকে, তাহা কাটিয়া দিবে, পচা পাতা সকল মধ্য হইতে উঠাইয়া ফেলিবে। পরে দুই তিন খানা ভাল ইট আগুনে পোড়াইয়া, আগুনের মত লাল করিবেক, শেষে ঐ ইট কুম্ভার ভিতর নিক্ষেপ করিলে কুম্ভার জল ঐ ইটের গরমে উচ্ছলিয়া উঠিবে। ইহাতে জলের ভিতরের কীটাণু সকল অনেক পরিমাণে নষ্ট হইতে পারে। যদি কুম্ভার একটা ইন্দারার মত বড় হয়, তবে ১০ তোলা পার্মেন্‌ গ্যানেট অব্‌ পটাশ্‌ জলে গুলিয়া সন্ধ্যার প্রাক্কালে ঐ কুম্ভার জলে ঢালিয়া দিবে, পরে জলটা খুব আলোড়ন করিয়া রাখিয়া দিবে।

স্ব। পার্মেন্‌ গ্যানেট অব্‌ পটাশ্‌ দিলে কি হয় ? এবং উহা কোথায় পাওয়া যায় ?

জ্ঞা। পার্মেন্‌ গ্যানেট অব্‌ পটাশ্‌ জলে দিলে জলের সেই ভাসমান কীট এককালে নষ্ট হইয়া যায়, সুতরাং ঐ জলে আর কোন ভয় থাকে না। উহা সকল ডাক্তার খানায়ই পাওয়া যায়, দামও অধিক নহে। ছোট কুম্ভার বার আনা'ওজনে ঔষধ দিলেই যথেষ্ট।

স্ব। মা, এই ঔষধ না পাইলে ?

জ্ঞা। না পাইলে টুকরী খানেক চুণ ঢালিয়া দিবে, এবং দুই চারি দিন কুম্ভার জল খাওয়া বন্ধ করিবেক, কারণ সমস্ত চুণটা অধঃস্থ হইলে জল খাওয়া ভাল।

স্ব। কেন মা ? পুকুরে ঐ ঔষধটা দিবে না কেন ?

জ্ঞা। পুকুরে ঐ ঔষধ দিলে অনেক খরচ হয়, তাই উহা না দিয়া চুণ দেওয়াই ভাল। তবে পয়সা খরচ করিয়া উপরোক্ত

ভাবে বিগুহ জল সঞ্চয় করিতে পারিলে অবশেষে ভাল জানিবে ।  
তবে সুধীর ! জলে দোষ কি তাহা সংক্ষেপে বলিলাম, আর একটা  
কথা স্মরণ রাখিবে ।

সু । কি কথা মা ?

জ্ঞা । যদি অল্প কোন গ্রামে কলেরা হয়, তবে সেই গ্রামে  
কার্যোপলক্ষে গেলে তথায় আহার না করিবারই চেষ্টা করিবে ।  
যদি আহার করিতে হয়, তবে তথাকার জল বা দুধ মোটেই পান  
করিবে না । কে বলিতে পারে—ঐ গ্রামের পুকুর কি কুয়ার  
জল দূষিত হইয়া কলেরার সৃষ্টি করে নাই ? একবার দেখাও  
গিয়াছে আমাদের চাকর, কলেরা রোগাক্রান্ত গ্রামে গিয়া জল  
পান করায় কলেরায় আক্রান্ত হয় ।

সু । তবে তথায় গিয়া জল পান না করিয়া কিরূপে  
থাকিবে ?

জ্ঞা । ঐ স্থানে যদি লেমনেড, সোডা পাওয়া যায়, তবে  
তাহা পান করিবে, নচেৎ নারিকেলের জল পান করিবে,  
অথবা তথায় যাইতে হইলে পূর্বোক্ত একটা বোতলের ফিল্টার  
লইয়া যাইবে ।

সু । হাঁ বুঝিলাম, আমি যেন দুই এক দিনের জন্ত নারি-  
কেলের জল, লেমনেড, সোডা খাইয়া থাকিলাম, কিন্তু সেই  
গ্রামের যে শত শত লোক মৃত্যুমুখে পতিত হইবে—তাহার কি ?

জ্ঞা । তাহাদের জন্ত পূর্বোক্ত পরামর্শ দিবে, এবং যাহাতে  
কুয়া ও পুকুরের জল যেরূপ শোধন করা যাইতে পারে, এবং  
কয়লা ও বালুকা দ্বারা জল যেরূপ শোধন করিতে হয়, তাহার  
পরামর্শ দিবে । আর যদি কোন কুয়া ও পুকুরের জলের প্রতি

সন্দেহ হয়, তবে তাহা হইতে আদবেই জল ব্যবহার করিবে না, এইরূপ পরামর্শ দিবে। এই নিয়ম তোমার নিজ গ্রামে ও পার্শ্বস্থ গ্রামে চালাইবে।

স্ব। মা! তুমি যখন জলের দোষ গুণের কথা বলিতে চাহিয়াছিলে তখন মনে করিয়াছিলাম, জলের আবার দোষ গুণ কি? অনর্থক বাজে কথা বলিবে মাত্র। কিন্তু এখন জলের দ্বারা এত অনিষ্ট হইতে পারে জানিয়া আশ্চর্যান্বিত হইলাম, এবং কত যে নূতন কথা শিখিলাম, তাহা ভাবিয়া বড়ই আনন্দিত হইলাম। আচ্ছা, এখন তবে বায়ুর বিষয় বল।

জ্ঞা। মৎস্ত যেমন জলজীব, জল না হইলে বাঁচে না, আমরা স্থল জীব সকলও তদ্রূপ বায়ু না হইলে ১০ মিনিটও বাঁচিতে পারি না। মৎস্ত যেমন জলে বিচরণ করে, আমরাও তদ্রূপ বায়ু সমুদ্রে বিচরণ করিতেছি। যদি পৃথিবী জলশূন্য হয়, তবে অল্প সময় মধ্যেই যেমন জলজন্তু প্রাণত্যাগ করিবে, সেইরূপ পৃথিবী বায়ু শূন্য হইলেও আমরা মুহূর্ত্ত মধ্যে প্রাণত্যাগ করিব। অতএব বায়ু যে জীবন ধারণের একটি প্রধান জিনিষ—তাহা সহজেই বুঝিতে পার।

স্ব। হাঁ বুঝিলাম, বায়ু ভিন্ন আমরা এক দণ্ডও বাঁচি না। বায়ুতে এমন কি পদার্থ আছে, যাহাতে আমরা বাঁচিতে পারি?

জ্ঞা। বায়ু আমাদের শরীরের পক্ষে এক প্রকার আহাৰ্য্য বিশেষ। যেক্রপ অন্ন, জল আহাৰ করিলে আমাদের শরীর পুষ্ট হয় ও রক্ত বৃদ্ধি হয়, সেই রূপ বায়ুদ্বারা শরীরের রক্তের উৎকর্ষতা লাভ হয়।

স্ব । বায়ু দ্বারা শরীরের রক্তের কি প্রকার উৎকর্ষতা লাভ হয় তাহা বুঝিতে পারিলাম না ।

জ্ঞা । প্রথমতঃ—দেখা উচিত, বায়ুতে কি কি জিনিষ মিশ্রিত আছে । অম্লজান, যবক্ষারজান, জলজান এবং কার্বনিক-অ্যাসিড্ গ্যাস প্রভৃতি নানা দ্রব্য বায়ুতে মিশ্রিত আছে । তাহার মধ্যে অম্লজান নামক বায়ুই শরীর রক্ষা করে ।

স্ব । কিরূপে ?

জ্ঞা । বিষয়টা বুঝান কঠিন, তবুও বুঝাইতে চেষ্টা করিব । খুব মনোযোগ দিয়া শুনিবে ? শরীরে দুই প্রকার রক্ত আছে যথা—ধামনীয় রক্ত ও শৈরিক রক্ত । যে রক্ত ধমনী দিয়া প্রবাহিত হয় তাহাকে ধামনীয়, আর যাহা শিরা দিয়া প্রবাহিত হয় তাহাকে শৈরিক রক্ত বলে ।

স্ব । ধমনী কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । শরীরের মধ্যে যাহাকে রক্ত বহা নাড়ী বলে, অর্থাৎ যাহার মধ্য দিয়া লাল রক্ত সকল প্রবাহিত হয় তাহাকে ধমনী বলে, অসুস্থ হইলে ডাক্তার কবিরাজেরা যে নাড়ির টিপ্ দেখিয়া রোগের ঔষধের ব্যবস্থা করেন, তাহাই ধমনী । হাতের মণিবন্ধে, বগলে, গলদেশে যেখানেই আঙ্গুল দ্বারা চাপ দিবে সেখানেই এক প্রকার স্পন্দন অনুভব করিবে, তাহাই ধমনী, এবং স্বাভাবিক রক্ত তদ্বারাই প্রবাহিত হয় । আর হস্তে, পৃদে যে কাল রগ দেখিতে পাওয়া যায়, তাহাকে শিরা বলে, এবং শিরার রক্ত কাল । শিরার রক্তের গতি এত বৃহৎ যে তাহা দ্বারা স্পন্দন অনুভূত হয় না ।

স্ব । ধমনীর রক্ত তাহা হইলে খুব জোরে চলে ?

জ্ঞা । ধমনীর রক্ত জোরে চলে বই কি, জোরে চলে বলিয়াই

ভাক্তার কবিরাজগণ হাত দিয়া বলেন, জ্বর আছে কি—না ও শরীরের অবস্থা কেমন ।

সু। নাড়ীর গতি দেখিয়া আবার শরীরের অবস্থা, জ্বর ইত্যাদি কেমন করিয়া জানা যায়, আর নাড়ীর গতি কিরূপে উৎপন্ন হয় ?

জ্ঞা। আগে নাড়ীর গতি কিরূপে হয় তাহাই তোমাকে বলিব। আমি কর্তার নিকট যেক্রপ শুনিয়াছি, তাহাই বলি। বক্ষস্থলের বামপার্শ্বে হাত দিয়া দেখ, একটা স্থান ধুক্ ধুক্ করিতেছে।

সু। হাঁ মা ! সত্যি, ওটা কি ?

জ্ঞা। ওটাকে হৃদপিণ্ড বলে। হৃদপিণ্ডের আকার হরতনের টেক্কার মত 'ও' উহার চারিটা কোটর আছে।

সু। উহা দ্বারা কি কার্য্য হয় ?

জ্ঞা। উহা দ্বারা রক্ত সঞ্চালনের কার্য্য হয়।

সু। কি রূপে ?

জ্ঞা। পা হইতে পেটের নাড়ীর সংশ্রবে যত রক্ত শিরা আছে, তাহারাই ঐ সকল স্থান হইতে রক্ত লইয়া পেটের মধ্যস্থ একটা বড় শিরায় ঢালিয়া দেয়। ঐ বড় শিরা কাল রক্ত সকল যকৃতের মধ্য দিয়া লইয়া গিয়া হৃদপিণ্ডের দক্ষিণ কোটরে ঢালিয়া দেয়, এবং মাথা ও হাতের ছোট ছোট শিরা সকল কাল রক্ত লইয়া বড় আর একটা শিরায় উপস্থিত করে। তখন ঐ বড় শিরা কাল রক্ত গুলিকে লইয়া গিয়া হৃদপিণ্ডের ঠিক ঐ দক্ষিণ কোটরে ঢালিয়া দেয়। ঐ সব রক্ত হৃদপিণ্ডে পৌঁছিবা মাত্র হৃদপিণ্ড একটা চাপ মারে, চাপ মারা মাত্রই ঐ রক্ত সকল একট্র শিরা দ্বারা ফুস্ফুসে চালিত হয়। ফুস্ফুসে নিশ্বাস দ্বারা যে বায়ু

নীত হয়, তাহার অল্পজান বাষ্প রক্তে মিলিত হয় এবং কাল রক্তের কার্বনিক গ্যাস্ নামক পদার্থ ফুস্ফুসের বায়ুর সঙ্গে মিলিত হয়। এই বিনিময় কার্য্য প্রতিনিয়ত শরীরের মধ্যে চলিতেছে। অল্পজান বায়ুর সংঘর্ষে কাল রক্ত লাল হয়, এবং অগ্নাশ্র রক্তবহানাড়ী সকল দ্বারা হৃদপিণ্ডের বাম কোর্টরে উপস্থিত হয়। এবং বাম কোর্টরে পড়া মাত্রই বাম কোর্টর চাপ মারে, ও তখনই ঐ লাল রক্ত সকল একটা বড় ধমনী দিয়া প্রাণ বেগে বহির্গত হইয়া অগ্নাশ্র রক্ত প্রণালী দ্বারা সমস্ত শরীরে অতি দ্রুতবেগে চালিত হয়। আমরা হাতের নাড়ী ধরিলে যে টিপ মারা অনুভব করি, তাহা আর কিছুই নহে, হৃদপিণ্ডের ধাক্কা বা চাপ দ্বারা প্রবাহিত রক্তের গতি মাত্র।

স্ব। তবে হৃদপিণ্ড যে ধুক্ ধুক্ করে, তাহা ঐ রক্ত সঞ্চালনের ধাক্কা মাত্র।

জ্ঞা। হাঁ, ঠিক কথা বলিয়াছ।

স্ব। তবে কি হৃদপিণ্ডের ধাক্কা ও নাড়ীর ধাক্কা একই সময়ে উৎপন্ন হয় ?

জ্ঞা। হৃদপিণ্ডের ধাক্কা ও নাড়ীর ধাক্কা একই তবে একটু সামান্য আগে পরে অনুভব করা যায়।

স্ব। কতক বুঝিলাম, যে, হৃদপিণ্ড দ্বারা দূষিত রক্ত গ্রহণ ও ফুস্ফুসে চালন এবং ফুস্ফুস হইতে বিশুদ্ধ রক্ত পুনঃ গ্রহণ কার্য্য হয় এবং পরে ঐ রক্ত ধমনী দ্বারা সর্ব শরীরে সঞ্চালিত হয়। শরীরের কাল রক্ত কোথা হইতে আইসে ?

জ্ঞা। ধমনীর রক্ত সকল শরীরের সমস্ত মাংসপেশী, মস্তিষ্ক ও আত্যন্তরিক যন্ত্র সকলে অতি সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম ভাগে বিভক্ত হইয়া

গিয়া শেষে কৈশিকা নাড়ীতে নীত হয়। তথায় এক প্রকার দাহন কার্য সম্পন্ন হয়। ঐ দগ্ধ বিধান সকল হইতে কার্বনিক গ্যাস্ নির্গত হইয়া, ধমনীর শেষ ও শিরায় আরম্ভ হয়। তখন ঐ রক্ত কাল রং ধারণ করিয়া কৈশিকা হইতে ক্ষুদ্র শিরায় এবং তথা হইতে ক্রমে বড় শিরায় উপস্থিত হয় ও পূর্বেক্ত প্রকারে হৃদপিণ্ডের দক্ষিণ কোটরে গিয়া পৌঁছে।

সু। হাঁ! বুঝিলাম, ধমনীর রক্ত পরিণামে শিরার রক্তে পরিণত হয়, তাহা আবার রূপান্তরিত হইয়া হৃদপিণ্ডে ফিরিয়া আইসে এবং এই কার্বনিক গ্যাস্ ফুস্ফুসের অন্নজানের সঙ্গে বিনিময় হয়, অর্থাৎ কাল রক্তের কার্বনিক গ্যাস্ বায়ুতে মিশে ও বায়ুর অন্নজান রক্তে মিশিয়া রক্তকে লাল ও বিগুহ্ব করে। আচ্ছা, যে কার্বনিক গ্যাস্ বায়ুতে মিশে, তাহা কোথায় যায়?

জ্ঞা। তাহা প্রশ্বাস দ্বারা বাহির হইয়া গিয়া বাহিরের বায়ুর সঙ্গে মিলিত হয়, এখন বুঝিলে ত, বায়ু দ্বারা শরীর পোষণের কি কার্য হয়?

সু। বেশ বুঝিলাম শরীর পোষণ পক্ষে অন্ন, জল অপেক্ষাও বায়ু শত গুণে বেশী দরকার, অন্ন, জল না খাইলে লোকে ছুচারি, দশ দিন বাঁচিতে পারে, কিন্তু বায়ু ভিন্ন ১০ মিনিটও বাঁচিতে পারে না।

জ্ঞা। এইরূপ বায়ুর প্রয়োজনীয়তা সম্বন্ধে তোমাকে কতকগুলি ডাক্তারী কথা বুঝাইতে হইল, নতুবা তুমি সহজে বিশ্বাস করিবে না।

সু। বায়ুর বিগুহ্বতার প্রয়োজন কি?

জ্ঞা। এখনই বলিলাম যে, নিশ্বাস দ্বারা যে বায়ু ফুস্ফুসে

যায়, তাহার অম্লজান ভাগ রক্ত দ্বারা আকৃষ্ট হয়। যে বায়ুতে অম্লজান বায়ু বেশী থাকে ও কার্বনিক গ্যাস্ কম থাকে তাহাকে বিশুদ্ধ বায়ু বলা যায়, বা যাইতে পারে। যত অধিক অম্লজান বায়ু আমরা নিশ্বাস দ্বারা গ্রহণ করি, ততই রক্তের পক্ষে ভাল, আর যে বায়ুতে কার্বনিক এসিড্ গ্যাস্ ইত্যাদি ও অত্যন্ত অনিষ্টকর পদার্থ থাকে, তাহাই শরীরের পক্ষে অনিষ্টকর, কারণ, কার্বনিক গ্যাস্ নিশ্বাস দ্বারা গ্রহণ করিলে রক্ত শোধিত না হইয়া আরো বিষাক্ত হইয়া উঠে, এবং তাহাতেই নানা ব্যাধি হইয়া জীবন সংশয় করে। জানিও, স্বাস্থ্যের পক্ষে অম্লজান অমৃত এবং কার্বনিক বিষ স্বরূপ। নিশ্বাস দ্বারা বায়ু গ্রহণ কার্য্য বদ্ধ হইলে শরীরের সমস্ত দূষিত হইয়া লোকটা মারা পড়ে।

সু। মা! খুব বুঝিলাম, এমন প্রয়োজনীয় বিষয় খুব স্মরণ রাখিতে চেষ্টা করিব। এখন বিশুদ্ধ ও অবিশুদ্ধ বায়ু বুঝিব কেমন করিয়া?

জা। খোলা ময়দান, প্রশস্ত জলাশয় ও বিস্তৃত নদীর বায়ু সর্বাঙ্গোপেক্ষা বিশুদ্ধ; তাহাতে অম্লজান অধিক থাকে। আর বদ্ধ স্থানে, জনতাপূর্ণ স্থানে, জঙ্গলাদিময় স্থানে পচা নর্দামার নিকট, গোবরের ভূরের নিকট ও পচা-বাস-পাতাযুক্ত স্থানের বায়ু বিশুদ্ধ নহে, এই সকল স্থানে যে কেবল কার্বনিক গ্যাস্ বেশী থাকে বলিয়াই এই বায়ু দূষিত, তাহা নহে, ইহাতে নানা বিষাক্ত পদার্থ ও মিশ্রিত থাকে। এবং তদ্বারা শরীরের ভয়ানক অনিষ্ট হইতে পারে, এমন কি জীবন পর্য্যন্তও নষ্ট হইতে পারে। বায়ুর বিশুদ্ধতা-অবিশুদ্ধতা-সম্বন্ধে জল সম্বন্ধে যে রূপ বলিয়াছি, ঠিক সেইরূপ। জলে যেমন নানা আপদ উপস্থিত হইয়া বিশুদ্ধ জলকে



দূষিত করিয়া বিষবৎ করে, বিপুল বায়ু সেই প্রকার দূষিত হইয়া প্রাণনাশক হয় ।

সু । লোকারণো বায়ু দূষিত হইবার কারণ কি ?

জ্ঞা । সুধীর ! এ বিষয় তুমি আপনিই দেখিলে বুঝিতে পারিবে, যখন কোন সীমাবদ্ধ বায়ুতে বহুলোক একত্র বাস করে, তখন লোকে যতই প্রস্থাস ত্যাগ করে, ততই কার্বনিক গ্যাস অধিক পরিমাণে বায়ুতে মিশ্রিত হয়, এবং অল্পজ্ঞানের ভাগও ক্রমেই কমিয়া আইসে, কারণ বহুলোকের জীবন রক্ষার জন্ত সততই অল্পজ্ঞান নিঃশেষ হইতে থাকে । এই জন্ত জনতাপূর্ণ স্থানের বায়ু কার্বনিক গ্যাস দ্বারা দূষিত হইয়া স্বাস্থ্যের পক্ষে ব্যাঘাত ঘটায়, এবং জনতাপূর্ণ স্থানে অধিক দিন বাস করিলে এই কারণে ক্ষয়কাস প্রভৃতি প্রাণনাশক রোগ জন্মিতে পারে । এখন বুঝিলে ?

সু । বুঝিলাম । লোকে বলে ম্যালেরিয়া গ্যাস,—তাহা কি প্রকার ?

জ্ঞা । ম্যালেরিয়া গ্যাস কি প্রকার—তাহাও বলিতেছি ; প্রাতঃকালে ও সন্ধ্যাকালে কোন পচা নর্দমা হইতে, আর্দ্র ও স্বেচ্ছ-স্বেচ্ছ মাটি হইতে, এবং পচা পাতা ও গাছ গাছরা হইতে এক প্রকার দূষিত বাষ্প উঠে—তাহাকেই ডাক্তারেরা ম্যালেরিয়া গ্যাস বলেন । এই ম্যালেরিয়া গ্যাস নিশ্বাস দ্বারা শরীরে প্রবিষ্ট হইয়া জ্বর, প্লীহা ও যকৃতবৃদ্ধি প্রভৃতি নানা রোগ উৎপন্ন করে ।

সু । এই ম্যালেরিয়া গ্যাস দ্বারা যে জ্বর হয়, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা । এটা একটা অনুমান মাত্র । যে সমস্ত স্থানে এই গ্যাস উৎপন্ন হয়, সেই সব স্থানে সর্বদা জ্বর হয় । লোক দুর্বল ও রুগ্ন

হইয়া থাকে । অনেকেরই পেট মোটা হইয়া উঠে, আর যেখানে ম্যালেরিয়া নাই সেখানের লোক সবল ও রোগ বিহীন, এবং তথাকার লোকের বংশের বৃদ্ধি দেখা যায়, তাহার প্রমাণ বাঙ্গলার যত পুরাণ গ্রাম । যেখানে জঙ্গলে পূর্ণ এবং খালা নানা সব পচা জলে পূর্ণ, যেখানে রৌদ্রের তাপ বড় লাগে না, সেই সকল স্থানের লোকালয় জনশূন্য হইয়াছে, এইরূপে সমৃদ্ধিশালী বংশ নির্বংশ হইয়াছে, কত মাতা আপন প্রাণাধিক পুত্ররত্নকে হারাইয়া শোকময় জীবন যাপন করিতেছেন ।

সু । উঃ ! ম্যালেরিয়াই কি তবে সর্বনাশের মূল ! হায় ! পাড়ারগায়ের মূৰ্খ লোকে ইহার নাম গন্ধও জানে না এবং আপন অদৃষ্টকে নিন্দা করে । এবং পরমেশ্বরকে অভিষাপ দিয়া পুত্র, কন্যা, ভাই, ভগ্নী প্রভৃতির শোক সহ করে কিন্তু, যদি জানিত এবং বিশ্বাস করিত যে, এই ম্যালেরিয়াই তাহাদের সর্বনাশের মূল, ভাড়া হইলে যথা সর্বস্ব বিক্রয় করিয়াও এই সকল দোষ নিবারণ করিত ।

জ্ঞা । সুধীর ! তুমি যাহা বলিতেছ, তাহা লোকে জানিলে কি একরূপ অনিষ্ট হইতে পারে ? আমি যে এত করিয়া তোমাকে শিখাইতেছি, তাহার কারণ এই যে, তুমি নিজকে শোধন করিবে, এবং অপর দশ জনকেও সংশোধন করাইবে ।

সু । মা ! তা আমি ইহা অবশ্যই করিব, সাধ্যানুসারে যতদূর পারি চেষ্টা করিব ।

জ্ঞা । সাধু ছেলে ! ( সুধীরের মুখ চুম্বন ) হাঁ, এই তো চাই, তাহা হইলে তোমাকে “গর্ভধারণ করিয়াছিলাম” সার্থক মনে করিব । এইরূপ যদি শিক্ষিত অল্প বয়স্ক বালকগণ ঘরে ঘরে প্রচার করে,

তবে না কত মঙ্গল হয়। আহা! সোণার বাঙ্গলা ছারেখারে গেল। এই ম্যালেরিয়ায় বঙ্গদেশের ঘরে ঘরে কান্নাকাটি শুনিয়া হৃদয় বিদীর্ণ হয়।

সু। হায়! দেশের লোকে কি ইহার কারণ একটুও ভাবে না!

জ্ঞা। দেশের লোকে ইহার কারণ ভাবিবে না কেন, তাহার ভাবে আপন আপন অদৃষ্ট মন্দ, পূর্ব জন্মের পাপের ফল বা আপন পুত্রগণ ও কন্যাদি পূর্ব জন্মের শত্রুতা সাধনের জন্ত এইরূপ জন্মগ্রহণ করিয়া কষ্ট ও শোক দিতে আসিয়াছিল। জ্বররোগ নিবারণের জন্ত অনেকে জরাসুরের পূজা করে এবং কলেরা হইলে লোলাঝোলা বা ওলাদেবীর বা রক্ষাকালীর পূজা করে।

সু। মা! নিজেরা এমন অদৃষ্টকে দোষ দিয়া বসিয়া থাকিলে আর কোন উপায় নাই, ইহাতে কি রোগের কারণ দূর হয়। এই জরাসুরের পূজা করিলে কি জ্বর দূর হয়?

জ্ঞা। বাপু! পরমেশ্বরই জানেন। জরাসুরের পূজা করিলে জ্বর আরাম হয় কি না, তা যাঁহারা করেন তাঁহারা জানেন। খৃষ্টানগণ কখনও জরাসুরের পূজা করেন না। তবে তাঁহারা কিরূপে আরোগ্য হন। আমরা সাধারণ মোটা বুদ্ধিতে যাহা বুঝি ও দেখিতে পাই, তাহাতে কোন ফল দেখি না। তাহা হইলে বাঙ্গালীর পুরাতন গ্রাম সকল একবারে উচ্ছন্ন হইত না। প্রতি বৎসর শত শত লোকও এই ম্যালেরিয়ায় যমালয় যাইত না। আবার দেখ যে সব গ্রাম নদীর চরের উপরে বা উচ্চ স্থানে তথাকার লোকে জরাসুরের পূজা করে না, অথচ তথাকার লোক এইরূপে অকালে মৃত্যুগ্রাসে পতিত হয় না।

সু । কিরূপ উপায় অবলম্বন করিলে এই বিপদ হইতে রক্ষা পাওয়া যায়—তাহা বেশ বুঝিলাম ।

জ্ঞা । এই বিপদ হইতে রক্ষা পাইবার দুইটি উপায় আছে প্রথম উপায়, জল হাওয়া যাহাতে সংশোধন করিতে পারা যায়, তাহার চেষ্টা করিবে, আর দ্বিতীয় উপায় স্থানপরিবর্তন অর্থাৎ জঙ্গলা, পচা, পুরাতন গ্রাম ছাড়িয়া নূতন স্থানে বসতি করা ।

সু । জল হাওয়া কিরূপে সংশোধন করিতে হইবে ?

জ্ঞা । জল সংশোধন করার সম্বন্ধে পূর্বেই বলিয়াছি, এখন কেবল হাওয়া কি প্রকারে সংশোধন করিতে হয় তাহা বলি, শুন ।

১ । বাসস্থানের নিকট যদি কোন পচা জলপূর্ণ ডোবা থাকে, তবে সেই জল হয় তো নালা করিয়া কাটিয়া বাহির করিয়া দিবে, নতুবা ঐ ডোবা মৃত্তিকার দ্বারা বুজাইয়া দিবে ।

২ । বাসস্থানের নিকটবর্তী স্থানে যাহাতে বর্ষার জল না জমিতে পারে, তাহা করিবে, এবং যে স্থানে জলবদ্ধ হওয়ার সম্ভব, তথা হইতে মালা কাটিয়া নিকটবর্তী কোন স্থানের সহিত মিলাইয়া দিবে ।

৩ । নিকটবর্তী স্থানের জঙ্গল পরিষ্কার করিবে এবং পচা পাতা ও গলিত গাছ গাছুরা সকল দূরে নিক্ষেপ করিবে, না হয়, শুকাইয়া আগুনে পুড়াইবে ।

৪ । বাটীর নিকট কোন গোবরের ভূর কি আবর্জনারাশি থাকিলে তাহা তৎক্ষণাৎ দূর করিবে ।

৫ । বাটীতে ঘরের নিকট বা আঙ্গিনার পার্শ্বে বাঁশের ঝাড় বা তেঁতুল গাছ থাকিলে তাহা অবিলম্বে কাটিয়া ফেলিবে ।

৬। যথাসাধ্য বাটীর চতুর্দিক খোলা রাখিবে, যেন আঙ্গিনার মধ্যে বেশ বাতাস খেলিতে পারে ও রৌদ্র লাগিতে পারে।

৭। বাটীতে নিম্নের গাছ থাকিলে ন্যাকি নিম্নের পাতার হাওয়ায় ম্যালেরিয়া নষ্ট করে, অতএব বাটীর পার্শ্বে নিম্ন গাছও লাগাইবে।

৮। আজ কাল এত নূতন কারণ আবিষ্কৃত হইতেছে তাহা এখন এক প্রকার সর্ববাদিসম্মত হইয়াছে। মশা ম্যালেরিয়ার বিষ বহন করে, এবং যখন লোককে দংশন করে, তখন ঐ হলের সঙ্গে ম্যালেরিয়ার প্যারগাইট বা কীটাপু মানুষের রক্তে প্রবেশ করে। এ কথা সত্য; যাহাতে মশা জন্মিতে না পারে, বা মশার কামড় সহ্য করিতে না হয়, তাহা করিবে।

৯। মলমূত্রত্যাগের উত্তম ব্যবস্থা করিবে। পল্লীগ্রামে অনেকেই ঘরের বারান্দায় বসিয়া প্রস্রাব করেন, ও ঘরের পাশেই মলত্যাগ করেন, ইহাতে বায়ু দূষিত হয়। যেখানে সেখানে মলত্যাগ করিবে না। সকল বাটীতে একটি বা দুইটি পায়খানা থাকা উচিত। পায়খানায় মল বেশী জমিলে শুষ্ক গুঁড়া মাটি দ্বারা তাহা ঢাকিলে দুর্গন্ধ দূর হয়।

১০। পল্লীগ্রামে বা সহরে যাহাদের মেটে ঘর, তাঁহারা যেন অন্ততঃ বর্ষাকালে মাটিতে শয়ন না করেন।

১১। আর বায়ু বিপুল করিবার জন্ত সহরে বা পল্লীগ্রামে যাহাদের পক্ষে সম্ভবে, তাঁহারা যেন পায়খানা ও সেন্ট সেন্টে স্থানে রোজ “সংক্রামকবীজনাশক” বা “দুর্গন্ধহারক” জল বা গুঁড়া ছড়িয়া দেন। এই সকল ঔষধ না পাইলে শুষ্ক বালু বা মৃত্তিকা দ্বারা ঐ স্থান ঢাকিয়া দেওয়া কর্তব্য। আমাদের পাড়া

গাঁয়ে যে গোবর ছড়া দেওয়ার রীতি আছে, তাহা খুব ভাল। গোবরের দুর্গন্ধ-হারক গুণ বড় চমৎকার। দুর্গন্ধময় পায়-খানায় গোবরগোলা দেওয়া খুব ভাল।

স্ব। বাঁশের ঝাড় ও তেঁতুল গাছ না কাটিলে কি হয় না?

জ্ঞা। বাঁশের ঝাড় ও তেঁতুলগাছ প্রভৃতি ঘরের কাছে থাকিলে দুইটি অনিষ্ট হয়। প্রথমতঃ বাড়ীতে রোদ আসে না, দ্বিতীয়তঃ গাছের নিম্ন ও নিকটবর্তী স্থান সকল আদ্র থাকে ও আদ্র থাকার জন্য ঐ স্থান হইতে এক প্রকার গ্যাস বা হাওয়া উঠে, তাহাতেই পৌড়া জন্মায়। পৌড়ার প্রধান কারণ এই যে, বাটীতে বাতাস খেলেনা, সুতরাং বিপুল বায়ু আসিতে পারে না ও দূষিত বায়ু দূরীভূত হইতে পারে না।

স্ব। বঝিলাম, কিন্তু তবে আবার নিমের গাছ রোপণ করিতে বলিলে কেন?

জ্ঞা। নিমের গাছ অপেক্ষাকৃত ছোট, তাহাতে ঐ প্রকার অনিষ্ট হইতে পারে না, বরং ম্যালেরিয়ার পক্ষে উহা উপকারী হইতে পারে, কারণ ছোট ছোট গাছ থাকিলে দূষিত গ্যাস শোষণ করিতে পারে। তাই বলিয়া বৃহৎ ২ নিমের গাছ দ্বারা হাওয়া বন্ধ করা উচিত নয়।

স্ব। মশা বাহাতে উৎপন্ন না হইতে পারে, তাহার চেষ্টা করিবে কি প্রকারে?

জ্ঞা। কেরোসিন তৈল মশার পক্ষে প্রাণনাশক বিষ। মশার উৎপত্তিস্থান, পচা জল ও বাঁশের ঝাড় ও জঙ্গলাদির পচা-পাতা-বিশিষ্ট স্থান। মশার ঐ সকল আশ্রয় স্থানে কেরোসিন তৈল ছড়াইয়া দিলে মশার উৎপত্তির ও বৃদ্ধির অনেক

ব্যাঘাৎ হয়। এমন কি, বন্ধ জলের উপর কেরোসিন তৈল ছড়াইয়া দিলে মশা আদৌ জন্মিতেই পারে না। কারণ যেখানেই বন্ধ জল, সেখানেই জলের উপর মশার ডিম পাড়ে; সেই ডিম হইতে মশার উৎপত্তি। এবং কেরোসিন তৈল দ্বারা সেই ডিম-গুলি নষ্ট হইয়া যায়।

সু। সে তো বড় সোজা কথা নয় এবং কম খরচের বিষয়ও নহে।

জ্ঞা। তা এই বিপদ হইতে রক্ষা পাইতে চাহিলে এরূপ করিতেই হইবে, তবে সকলের পক্ষে একথা খাটিবে, তাহা নয়। তোমা-দিগকে জানাইবার উদ্দেশ্যেই এক কথা বলিয়া রাখিলাম।

জ্ঞা। কালেঅবস্থা বিশেষে ফলদায়ী হইতে পারে, এ প্রসঙ্গে ব্যক্তি-গত পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার বিষয় কিছু বলিব, আমি আশা করি যে, এসব কথা তোমরা স্মরণ রাখিয়া তদনুযায়ী কার্য্য করিবে।

সু। ব্যক্তিগত পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা কি প্রকার ?

জ্ঞা। স্বাস্থ্য-রক্ষা সম্বন্ধে ও খাদ্য দ্রব্যের বিষয়ে যত কথা বলিয়াছি, ও ব্যক্তিগত পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা সম্বন্ধে যত কথা বলিব, তাহা মনে না রাখিতে পারিলে, সকলই বলা নিষ্ফল হইবে, আহাৰ, নিদ্রা, ব্যায়াম সম্বন্ধে পূৰ্বেই বলিয়াছি, এখন বলি যে, শরীরটা যাহাতে ছাপ ছাপাই থাকে, পোষাক-সাহায্যে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকে এবং কালানুযায়ী ও সভ্যতার উপযোগী হয়, তাহার প্রতি বিশেষ মনোযোগ দিবে।

১। শরীরটা মাজিয়া ছাপ রাখিবে।

২। মাথার চুলগুলি প্রতিদিন অন্ততঃ একবার বেশ করিয়া আঁচড়াইয়া পরিপাটি রাখিবে।

৩। তুমি যে পোষাক পরিধান করিবে, তাহা যেন ময়লা

না হয়। ময়লা কাপড় কদাচ ব্যবহার করিবে না, ময়লা কাপড় ব্যবহার করিলে নানা চর্মরোগ হইতে পারে, এবং লোকেও অবজ্ঞা করে ।

৪। বাহিরে যাওয়ার জন্ত এক প্রস্থ পোষাক স্বতন্ত্র রাখা ভাল এবং যখন ঘরে থাকিবে, তখন পরিষ্কার অথচ সাদাসিদে মত এক প্রস্থ ব্যবহার করিবে ।

৫। নিজের শয়ন ঘরে বেশ বন্দোবস্ত মত জানালা রাখিবে, যেখানকার যাহা, তাহা সেখানে সাজাইয়া রাখিলে দেখিতে ভাল হয়। তাহাতে মনও অনিন্দিত থাকে, আর জিনিষগুলিও যত্নে থাকে ।

৬। বৈঠকখানা ঘরটী বেশ স্তরে স্তরে সাজাইয়া রাখিবে, ইহাতে যাহার যেমন অবস্থা, সে সেই মতই করিতে পারে ।

৭। নিজের চর্মরোগ বা অথ কোন সংক্রামক পীড়া থাকিলে অস্ত্রের সংসর্গে যাবে না। এবং অস্ত্রের ঐরূপ কোন ব্যারাম থাকিলে তাহার সংস্পর্শেও যাওয়া উচিত নহে। ইহা বড়ই অনিষ্টকর ।

৮। আমাদের হাত দিয়া আহাৰ করা রীতি, স্মৃতিঃ আহাৰ করিবার সময় সাবান দ্বারা হাত বেশ করিয়া ধুইয়া তবে আহাৰ করিতে বসিবে। বিশেষতঃ ডাক্তারদের ইহা খুব প্রয়োজনীয়, কারণ তাঁহারা হাত দিয়া নানা রোগী পরীক্ষা করিয়া দেখেন ও মরা পর্য্যন্তও হাত দ্বারা নাড়াচাড়া করেন। সাহেবগণ কাঁটা চামচ দ্বারা আহাৰ করেন; চীন, সান ও জাপানী-লোক বাঁশের বা হাতের শলার সাহায্যে মুখে আহাৰ তুলিয়া দিয়া থাকে, এনিমমতী খুব ভাল ।



৯। কাঁশার বা পিত্তলের বাসনে আহার করা অবৈজ্ঞানিক ও যুক্তি-বিরুদ্ধ। সাধ্যমত উহা পরিহার করিতে চেষ্টা করিবে। ইহা অপেক্ষা কলার পাতায় আহার করা শরৎ ভাল, কিন্তু তাহাতেও অনিষ্টের আশঙ্কা আছে। কারণ কলার পাতায় নানা প্রকার ময়লা, পাখীর মল ও বহু ক্ষুদ্র ২ কীট থাকিতে দেখা যায়। কিন্তু এসব কীট চক্ষের অগোচর।

১০। যিনি আমাদের পাচক বা পরিবেশনকারী, তাঁহাকে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন ও চর্ম্মরোগ বিহীন হওয়া উচিত, এবং তাঁহাকে জানান উচিত যেন কোন ময়লা জিনিষ না খাওয়ান। অনেক সময় দেখা যায় যে, পরিবেশনকারীর হাতে দাদ, বা পাচড়া থাকে, সে বড়ই ঋাপ, যেহেতু তাহার দাদ বা পাচড়ায় ময়লা ভোজনকারীর উদরস্থ হয়।

১১। আহার করিবার সময় পরিষ্কার স্থানে বসিয়া মনের সুখে তৃপ্তির সহিত আহার করা উচিত, নতুবা পরিপাকের ব্যাঘাত জন্মে।

সু। যত নিয়ম বলিলে, তাহা পালন করিতে গেলে লোকে ঠাট্টা বিক্রপ করিবে।

জ্ঞা। এজন্য এক তিলও চিন্তা করিবে না, যাহা কর্তব্য কর্ম্ম, তাহা প্রাণপণে করিতে চেষ্টা করিবে। তাহাতে লোকের নিন্দায় কর্ণপাত করিবে না, অজ্ঞ লোকের নিন্দা ক্ষণস্থায়ী হয়। সে শেষে তোমার মনুষ্যত্ব বুঝিতে পারিয়া তোমাকে প্রশংসা করিবে।

সু। আচ্ছা যা বেশ কথা, আমি কয়েকটা প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করিব, তাহার উত্তর দানে আমাকে সন্তুষ্ট কর।

জ্ঞা। কি প্রশ্ন আছে বল ।

সু। মা, তুমি প্রথমে বলিলে যে ম্যালেরিয়া, সেঁতসেঁতে স্থান, জলডোবা স্থান ও জঙ্গলাকীর্ণ স্থান সকল হইতে উৎপন্ন হয়। পরে বলিলে যে মশাই ম্যালেরিয়ার প্রধান কারণ; এই দুই কথাই কোন্ কথা সত্য ?

জ্ঞা। বাপু! ঠিক কথা বলিয়াছ। আজ পর্যন্ত ডাক্তারেরা পূর্বোন্নিখিত কারণই বিশ্বাস করিয়া আসিয়াছেন, কিন্তু সম্প্রতি ডাক্তার রোলাণ্ড রস্ সাহেব এই নূতন কারণ আবিষ্কার করিয়াছেন। তিনি নানাবিধ প্রকারে পরীক্ষা করিয়া প্রমাণ করিয়াছেন যে, এনোফেলিশ জাতীয় এক প্রকার মশা আছে, সেই মশা ম্যালেরিয়াগ্রস্ত রোগীকে দংশন করিয়া সুস্থ ব্যক্তিকে দংশন করিলে শেথোক্ত ব্যক্তিও ম্যালেরিয়ায় আক্রান্ত হয়।

সু। এনোফেলিশ মশা কেমন ?

জ্ঞা। যে মশার হুল শরীরের সঙ্গে সমান্তরাল বা সোজা দেখিবে, তাহাকে এনোফেলিশ মশা বলে। আর যে মশার হুল শরীরের সঙ্গে সম্বন্ধোৎপত্তি দেখিবে, অর্থাৎ যে মশার পীঠ কুর্জাকৃতি, তাহাকে কিউলেক্স মশা জাতীয় বলে। এনোফেলিশ মশাই নাকি বড় বিপদজনক।

সু। ম্যালেরিয়ার মূল উৎপত্তি কোথায় ?

জ্ঞা। ম্যালেরিয়ার মূল কারণ কোথা হইতে উৎপন্ন হইল, তাহা এখনও কেহ বলিতে পারেন না, তবে ম্যালেরিয়ার রোগীর শরীর হইতে রক্ত শোষণ করিয়া সুস্থ শরীরে দংশন করিলে, সুস্থ ব্যক্তি যে আক্রান্ত হয়, তাহা এক প্রকার স্থির হইয়াছে।

সু। হাঁ বেশ বুঝলাম। তবে মশাগুলি মারিয়া ফেলিতে

পারিলে বা মশা না জন্মিতে পারিলে বোধ করি দেশে আর কাহারো জরে ভুগিতে হইবে না ।

জ্ঞা। ঠিক কথা । ডাক্তারেরা এখন যাহাতে মশা না জন্মিতে পারে, তাহার চেষ্টা করিতেছেন । তাঁহারা বলেন, যেখানে বদ্ধ জল থাকে, অর্থাৎ পুরাতন নালা ডোবা, পুরাতন টিনে, ও পাত্রাদিতে যে জল আবদ্ধ থাকে, তাহাতেই মশা ডিম পাড়ে । এবং সেই ক্ষুদ্র ডিম্ব গুলি ফুটিয়া লম্বা লম্বা কীটাকৃতি ধারণ করিয়া ময়লা জলে ক্রীড়া করিতে থাকে । ক্রমে সেই কীটগুলি মশারূপে পরিণত হইয়া উড়িতে আরম্ভ করে এবং তাহাতেই লোকের সর্বনাশ করে । কোন বদ্ধ জলের উপর কিছু কেরাসিন তেল ঢালিয়া দিলে সেই জলে আর মশা উৎপন্ন হইতে পারে না । এখন বুঝলে ?

সু। হাঁ মা বেশ বুঝিলাম ।

জ্ঞা। আজ যে সকল কথাই আলোচনা হইল, তাহা অতি প্রয়োজনীয়, কিন্তু অতি বিস্তৃত । আমি আশা করি, তোমরা এ সকল কথা মোটামোটি মনে রাখিয়াছ ।

সু। হ্যাঁ মা, আমাকে জিজ্ঞাসা কর দেখি বলিতে পারি কি না ?

### প্রশ্ন ।

(১) জ্ঞা। আজ বল দেখি বদ্ধ বায়ু ও মুক্ত বায়ুতে কি প্রভেদ ?

সু। বদ্ধ বায়ুতে কার্বনিক এসিড প্রভৃতি দূষিত গ্যাস থাকায় সুস্থ শরীরের পক্ষে অপকারী কিন্তু খোলা বায়ুতে দূষিত গ্যাস থাকিতে পারে না । ইহাতে অল্পবান বায়ু অধিক পরিপাণে থাকায় উহা স্বাস্থ্যের পক্ষে বিশেষ উপকারী ।

(২) জ্ঞা। হাঁমা ঠিক। অল্পজান বায়ু কি প্রকারে আমাদের স্বাস্থ্যের উপযোগী? কার্বনিক এসিড গ্যাসই বা অনিষ্টকারী কেন?

সু। আমরা নিশ্বাস দ্বারা যে হাওয়া গ্রহণ করি, তাহার অল্পজান বাষ্প রক্তে নীত হইয়া রক্তকে বিপুল করে এবং রক্তের দূষিত বাষ্প কার্বনিক এসিড গ্যাস বহির্গত হইয়া আইসে। অল্পজান বায়ু আমাদের রক্ত পরিষ্কার না করিলে আমরা কার্বনিক এসিড গ্যাস দ্বারা বিষাক্ত হইয়া প্রাণত্যাগ করিতে পারি।

(৩) জ্ঞা। বেশ উত্তর দিয়াছ। ঠিক ঠিক কথাগুলি মনে রেখেছ। আচ্ছা বলত হৃদপিণ্ড কোথায় থাকে এবং তাহার কার্য কি?

সু। হৃদপিণ্ড বুকের বামদিকে যে স্থানে ধুকধুক করে, তথায় থাকে। হৃদপিণ্ড শরীরে কালরক্ত গ্রহণ করিয়া ফুস্ফুসে চালিত করে, এবং তথা হইতে পরিষ্কার রক্ত গ্রহণ করিয়া সমস্ত শরীরে পুনরায় চালনা করে।

(৪) জ্ঞা। শিরা ও ধমনীতে কি প্রভেদ?

সু। শিরাতে কাল রক্ত এবং ধমনীতে লাল বা বিপুল রক্ত থাকে।

(৫) জ্ঞা। বেশ মনে রেখেছ। সূৰ্দি গরমি কি জন্ত হয়?

সু। অত্যন্ত পরিশ্রম করিয়া শরীর ঠাণ্ডা না হইতেই যদি জ্ঞান করা যায় বা গায়ের কাপড় খুলিয়া শরীরে ঠাণ্ডা হাওয়া লাগান যায়, তাহা হইলে সূৰ্দি গরমি হইতে পারে।

(৬) জ্ঞা। কিরূপ স্থানে পাতকুরা বা হাঁদারা করা উচিত?

এবং পাতকুয়া বা পুকুরের জল শোধন করিতে কি উপায় অবলম্বন করিবে ?

সু। যেখানে পচা মাটি, গোবরের ভূত বা ময়লা নর্দমা থাকে, সেখানে বা তাহার নিকটে কোন পাতকুয়া বা ইন্দারা করিবে না, কারণ পচা মাটির ধোয়ানী জলে কুয়ার জল খারাপ হয়। কুয়ার জল খারাপ হইলে, জুঁড়া চূণ ঢালিয়া দিলে, বা পার ম্যানগ্যানেন্ট পটাশ জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিলে জল শোধন করা যায়। পুকুরের জলও ঐ প্রকারে শোধন করা যায়।

(৭) জ্ঞা। ঠিক। পুকুরের জলে নামিয়া স্নান করিলে কি দোষ ?

সু। পুকুরের জলে নামিয়া স্নান করিলে গায়ের ও কাপড়ের ময়লা ধুইয়া ঐ জলে মিলিত হয়। এবং কাপড়ের গায়ে খুজলী বা অল্প কোন প্রকার ক্ষত থাকিলে, তাহাও ধুইয়া ঐ জলে মিলিত হইয়া ঐ জলকে অত্যন্ত দূষিত করিয়া তোলে। সুতরাং ঐ জল পান করিলে নানা রোগ হইতে পারে।

(৮) জ্ঞা। বিশুদ্ধ পানীয় জলের ব্যবস্থা কি করিয়া করিবে ?

সু। বর্ষাকালে প্রায় নদী নালা ও পুকুরের জলই ময়লা হয় বলিয়া বৃষ্টির জল ধরিয়া পান করিলে ভাল হয়। নচেৎ ফিল্টারের জল ব্যবহার করিবে। ফিল্টার না থাকিলে জল ফুটাইয়া তাহা ছাঁকিয়া কপূর দিয়া পান করিলে জলের দোষ বড় থাকে না।

(৯) জ্ঞা। বিশুদ্ধ হাওয়ার এবং বদ্ধ জলের কি ব্যবস্থা করিবে ?

সু। কোন ডোবা বা বদ্ধ জল বাটির নিকটে থাকিলে

নালা কাটিয়া তাহা বাহির করিয়া দিবে । বাটীর চতুর্দিকে জঙ্গলাদি থাকিলে মাধ্যমত পরিষ্কার করিবে । কোন পচা দুর্গন্ধময় নর্দমা থাকিলে তাহা ভরাট করিয়া ফেলিবে । বাঁশ ও তৈতুলের গাছ ইত্যাদি যথাসাধ্য গৃহের নিকটে রাখিতে চেষ্টা করিবে না । যথা তথা মল বা মূত্র ত্যাগ করিবে না । কোন স্থানে দুর্গন্ধ উৎপন্ন হইলে দুর্গন্ধনাশক চূর্ণ বা গোবরগোলা ছড়াইয়া দিবে । বাটীর আঙ্গিনা পরিষ্কার রাখিবে । মা এই সকল মোটামোটি বলিলাম ।

( ১০ ) জ্ঞা । বল দেখি, পিত্তি বৃদ্ধি কাহাকে বলে ? এবং পিত্তের কার্য কি ?

সুঃ । যকৃত হইতে পিত্ত উৎপন্ন হয় । অনিয়মিত সময় আহার নিদ্রা প্রভৃতি অত্যাচার হইলে যকৃতের কার্যের বিষয় হয় । সূত্রাং যকৃত রক্ত হইতে পিত্ত গ্রহণ করিতে পারে না । তাই রক্তে পিত্তের ভাগ অধিক হয় । রোতিমত পিত্ত নিঃসরণ না হইলে, ক্ষুধা মান্দা হয়, কোষ্ঠ বদ্ধ হয় । কেন না পিত্তের পরিপাক শক্তি অল্প এবং পিত্ত কোষ্ঠনিঃসারক ।

( ১১ ) জ্ঞা । বেশ উত্তর দিয়াছ । আমার শিক্ষার ফল হইয়াছে । এখন কেবল একটী কথা জিজ্ঞাসা করিয়াই আজ ক্ষান্ত দিব । বল দেখি, ম্যালেরিয়ার আধিক্য কি কারণে হয় ?

সুঃ । ডাক্তার রস্ সাহেব আবিষ্কার করিয়াছেন, যে এনো-ফেলাশ নামক এক জাতীয় মশাই ম্যালেরিয়া পীড়িত রোগীর শরীরের রক্ত পান করিয়া সূস্থ শরীরে দংশন করিলে, সেই সূস্থ ব্যক্তির ম্যালেরিয়া হয় । আর বদ্ধ জলই মশা উৎপত্তির

আকর। বন্ধ জল না থাকিলে মশা হয় না এবং মশা না হইলে ম্যালেরিয়া বিস্তৃত হইতে পারে না।

জ্ঞা। ঠিক। সুদীর্ঘ, আমি আশা করি, এই নিয়ম ও কারণ গুলি মনে রাখিয়া হাতে কলমে তাহার ব্যবহার করিবে। সুধু মুখে বলিলে বা মনে রাখিল কোন ফল হইবে না। কার্য্যতঃ দেখাইতে পারিলেই শিক্ষার প্রকৃত ফল ফলে।

আজ আর না। আবার কাল অত্রে বিষয় আলোচনা করিব।

## চতুর্থ অধ্যায় ।

মাতা ও পুত্রের কথোপকথন ।

প্রকৃত মনুষ্যত্ব শিক্ষা ।

জ্ঞা। সুদীর্ঘ, তোমাকে আজ যে সব কথা বলিব, তাহা আরো মনোযোগ সহকারে শিক্ষা করিবে।

সু। কি কথা মা ?

জ্ঞা। প্রকৃত মনুষ্যত্ব যাহাতে শিক্ষা হয়, আজ তোমাদের কোমল প্রাণে সেই কথা বেশ করিয়া আঁকিয়া দিতে ইচ্ছা করি। আজ যাঁহা যাঁহা বলিব, তাহা সম্যক না হইলেও, যদি কতক পরিমাণেও তোমাদের ভাবী জীবনে ফলদায়ী হয়, তাহা হইলেই আমাদের জীবন সার্থক মনে করিব। এবং এত যে বলিতেছি, তাহা সফল হইবে।

সু। মানুষ মাত্রেই মনুষ্যত্ব আছে, তাহার আবার প্রকৃত অপ্রকৃত কি ?

জ্ঞা । প্রকৃত মনুষ্যত্বে লোককে দেবভাবে এবং অপ্রকৃত মনুষ্যত্বে তাহাকে পশুভাবে পরিণত করে ।

স্ব । সে কি রকম বুঝিলাম না ।

জ্ঞা । তা বুঝিবেও না । অনেক প্রাচীন লোকেও বুঝে না । তোমরা ছেলে মানুষ, যত সহজে পারি বুঝাইতে চেষ্টা করিব । কিন্তু তোমরা না বুঝিয়া বুঝেছি বলিও না, এরূপ করা বড়ই খারাপ ।

স্ব । না মা, যাবৎ না বুঝিব তাবৎ ছাড়িব না ।

জ্ঞা । পৃথিবীতে যত প্রকার জীব আছে, মানব জন্মই তন্মধ্যে সর্বশ্রেষ্ঠ ।

স্ব । কোন্ বিষয়ে ?

জ্ঞা । দেখ প্রাণী মাত্রেই আত্মা আছে । অগ্ন্যাগ্ন জন্তুদের ক্ষুধা, তৃষ্ণা, তৃপ্তি, স্নেহ বোধ ও চলাচল করিবার শক্তি আছে । মানুষেরও তদ্রূপ ক্ষমতা আছে । মানুষের সহিত অগ্ন্যাগ্ন জন্তুর এ সম্বন্ধে কোন পার্থক্য নাই । কারণ আহার নিদ্রা অভাবে যেমন অগ্ন্যাগ্ন জন্তু মৃত্যু মুখে পতিত হয়, মানুষও তদ্রূপ আহার নিদ্রার অভাবে বাঁচিতে পারে না । তবে মানুষের এমন কি ক্ষমতা বা গুণ বেশী আছে, যাহা অগ্ন্যাগ্ন জন্তুর নাই । যাহা দ্বারা মানুষ সর্ব জীব অপেক্ষা শ্রেষ্ঠ হইতে পারে, তাহাকে লোকে পরমাত্মা বলে এবং সর্বসাধারণ জন্তুর জীবনী শক্তি আছে, তাহাকে জীবাত্মা বলে ।

স্ব । জীবাত্মার কার্য্য কি ?

জ্ঞা । আগেই বলিয়াছি, জীবাত্মা থাকার জন্তই ক্ষুধা তৃষ্ণা বোধ হয়, মল মূত্র ত্যাগ করিবার প্রয়োজন হয়, জীবাত্মা না



থাকলে সকল বস্তুই জড়-পদার্থের জায় মৃত্যুবস্তায় থাকিত ।

সু । পরমায়ার কার্য কি ?

জ্ঞা । পরমায়ার কাজ হিতাহিত জ্ঞান, পাপ পুণ্য বোধ, মনের ভিতর আত্মগ্লানি বা পরিতাপ বোধ করা, যাহাকে বিবেক বলে । ইতর প্রাণীর মধ্যে উহা দৃষ্ট হয় না । এই গুণ থাকিতেই মানুষ সন্মাপেক্ষা শ্রেষ্ঠ । কিন্তু এই হিতাহিত-জ্ঞান, পাপ-পুণ্য বোধ, বুদ্ধির চালনা ও মনের মধ্যে পরিতাপ বা আত্মগ্লানি ইতর প্রাণীতে দৃষ্ট হয় না ।

সু । এখন জ্ঞান ও বিবেচনা শক্তি যে ইতর জন্তুর মধ্যে নাই, তাহার প্রমাণ কি, তবে তাহারা কথা বলিয়া মনের ভাব প্রকাশ করিতে পারে না, এই প্রভেদ । বোধ হয় তাহারা কথা বলিতে পারিলে এই ভ্রম সংশোধন অনায়াসেই হইত ।

জ্ঞা । বেশ ত কথাটা ধরিয়াছ । ইতর জন্তুর ঐ সকল ভাব ও জ্ঞান নাই, তাহার এক মোটা কথায় উত্তর এই যে, তাহাদের অবস্থার উন্নতি কখনই হয় নাই এবং হইবেও না । সৃষ্টির আদি হইতে ঐ সকল জন্তু যে ভাবে আহার, নিদ্রা, বিচরণ ও সন্তান পালন ইত্যাদি করিয়া আসিতেছে, এখনও সেইরূপেই করে এবং পরেও করিবে । যদি তাহাদের বুদ্ধি শক্তি চালনা করিবার ক্ষমতা থাকিত, তবে কি আমার গরু, ঘোড়া, গাধা ইত্যাদি লোকের চিরদান হইয়া বনের ঘাস পাতা খাইয়া, তোমার বোকা টানিয়া ক্ষুণ হইত ? ইহাদের হিতাহিত বোধ থাকিলে তৎক্ষণাৎ তোমার অধীনতা পরিত্যাগ করিয়া, তোমার বোকা দূরে নিক্ষেপ করিয়া জঙ্গলে পলাইত ।

সু। একথা ঠিক, কিন্তু আমরা যে দেখিতে পাই, গাভীটা ছানা পাইলেই কত আগ্রহের সহিত তাহার গা চাটিতে থাকে, এবং ছেলে পেলো নিব্বটে গেলেই তাড়া করিয়া আসিতে থাকে, এবং ঠিক মানুষের মত যত্ন ও রক্ষা করিতে থাকে, এবং শাবকটীর প্রতি ভালবাসা ও স্নেহ দেখায়। আরও দেখিতে পাই, পক্ষী সকল কেমন বুদ্ধি ও কৌশল করিয়া নিজেদের বাসা নির্মাণ করে। উহা তাহাদিগকে কেহ শিখায় না, তাহাদের আপন বুদ্ধিতেই ঐসব করে। এসব কি আর বুদ্ধির পরিচায়ক নহে। আরও দেখিয়াছি, পিপীলিকারা কোন স্থানে মিষ্ট দ্রব্য থাকিলেই ক্রিষ্কপে যেন তাহা টের পায়, আর দলে দলে শ্রেণীবদ্ধ হইয়া, ঠিক গল্পাঘাতীর মত চলিতে থাকে, এবং যতক্ষণ তাহা আপন বাসস্থানে আনীত না হয়, তাবৎ পুনঃ পুনঃ ঐরূপ করিতে থাকে। মধুর মাছি জুলি দিবা রাত্রিই পরিশ্রম করিয়া মোচাক নির্মাণ করে এবং নানা ফুলের মধু সংগ্রহ করিয়া ঐ চাকে সঞ্চিত করিয়া রাখে। মা! এসব বুদ্ধি ইহাদিগকে কে শিখায়? আপন বুদ্ধি না থাকিলে এমন আশ্চর্য্য কৌশলপূর্ণ কার্য্য কি করিয়া সমাধা করিতে পারে?

জ্ঞা। সুখী! এসকল বড়ই আশ্চর্য্য ও চিন্তার বিষয় বটে, কিন্তু যতদূর বুঝা যায়, তাহাতে ইহাও স্থির করা যায় যে, এসকল জন্তুর স্বাভাবিক বুদ্ধি বলেই ঐ সকল কার্য্য করিয়া থাকে। ইহা কোন বুদ্ধির দ্বারা পরিচালিত জ্ঞান নহে। বিনা শিক্ষায় এবং বিনা দৃষ্টান্তে সকল জন্তুই আপনাপন জাতীয় ভাবে আপন কার্য্য চালাইয়া থাকে এবং ভিন্ন ভিন্ন রকম জন্তু সব ভিন্ন ভিন্ন প্রকার জ্ঞান দ্বারা চালিত হয়।

সু। এই স্বাভাবিক বুদ্ধি বা জ্ঞান ইহাদিগকে কে শিক্ষা দেয় ?

জ্ঞা। কে শিক্ষা দেয়, জানিনা। সর্বশক্তিমান, পরমেশ্বর, যিনি এই বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ডের সৃষ্টি করিয়াছেন, তাহারই সৃষ্টিকোশলে এই সকল ইতর জন্তুগণ আপনাপন স্বভাবমিদ্ধি বুদ্ধি দ্বারা চালিত হয়। যতটুকু স্বাভাবিক জ্ঞান যাহার পক্ষে প্রয়োজন, ততটুকু ভিন্ন ইহারা অতিরিক্ত বুদ্ধি খাটাইতে পারে না এবং এক তিলও অসম্পূর্ণরূপে সেই কার্য্য করিতে না। মানুষ সম্পূর্ণ এবিষয়ের বিপরীত, কেহ আপন বুদ্ধি পরিচালন ও পরিশ্রম দ্বারা, পূর্বে যাহা হয় নাই বা করে নাই, তাহাই করিয়া থাকে। আবার কেহ এমন বোকা ও হতভাগা যে নিজের অলসতা, মুর্থতা দোষে পূর্বপুরুষের কৃত কার্য্যও রক্ষা করিতে পারে না। কিন্তু ইতর জন্তু এক তিলও বেশী কম করে না, ঠিক তাহাদের যতটুকু দরকার, তাহা সম্পন্ন করিয়া থাকে, এখন বুঝিলে কি ?

সু। ইতর জন্তুর মনে যে আত্মগ্লানি বা পাপ পুণ্যের ভাব নাই, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা। তাহার প্রমাণ, মানুষ যতই পাপী বা মূঢ় হউক না কেন, সে যদি অভ্যাস দোষে কোন একটা গুরুতর কাজ করিয়া বসে, তাহাতে তাহার মনে নিশ্চয়ই একটা পরিতাপ হইয়া থাকে ; চোর ডাকাইত বা নরহত্যা নিশ্চয়ই আপন মনে আত্ম-গ্লানি অনুভব করিয়া থাকে। গরু ঘোড়া প্রভৃতি ইতর জন্তুকে পনের বেড়া ভাঙ্গিয়া শস্ত খাইতে দেখা যায়, কিন্তু অন্তের ক্ষতি হইবে বলিয়া তাহাদিগকে ঐ কার্য্যতে বিরত হইতে দেখা যায় না, বা দুঃখ প্রকাশ করিতে দেখা যায় না। বাঘে মানুষ

বা শৃগাল কুকুরের ছানা লইয়া গিয়া কখনই পরিত্যাগ করে না ।  
একথা সত্য ।

সু । ইতর জন্তুর মুখের ভাব দেখিয়া কি আমরা বুঝিতে পারি, তাহার মনে পরিতাপ উপস্থিত হইয়াছে কিনা ? তাহার ত আর কথা কহিতে পারে না ।

জ্ঞা । দেখ, কথা বলিতে না পারিলেও চক্ষের মুখের চেহারা দেখিয়া বুঝিতে পারা যায়, তাহার মনে কষ্ট উপস্থিত হইয়াছে কি না ; চক্ষের ও মুখের ভাব দেখিয়া গরু ঘোড়ার মনের ভাব বুঝিতে পারা যায় বটে, কিন্তু তাহা পরীক্ষা করা সহজ নহে । সহজ ও স্থূল দৃষ্টি দ্বারা তাহা নির্ণয় করা কঠিন, কিন্তু সূক্ষ্মরূপ দৃষ্টি করিয়া আমরা দেখিতে পাই যে, গরু ঘোড়ার কোন অস্থখ হইলে চক্ষের ভাবের পরিবর্তন হয় । এবং বোধ হয় যেন মনে কতই যন্ত্রণা পাইতেছে । আমার একথা অনেক স্বীকার করিবেন না, কিন্তু আমি যতদূর পীড়িত জন্তুর চেহারা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, তাহাতেই বুঝিতে পারি, মনে কষ্ট থাকিলে চেহারা পরিবর্তিত হয় । তাহাদের যদি হিতাহিত বিবেচনা শক্তি থাকিত বা কোন অন্ডায় কাজ করিয়া পরিতাপ করিত, তবে আর কাহারও অনিষ্ট করিতে গরু ঘোড়াকে পূর্ব-বৎ দেখা যাইত না । তবে তাহাদের চক্ষের মুখের কোন পরিবর্তন হয় না কেন ? পক্ষেরই বলা হইয়াছে, কোন যন্ত্রণা বোধ হইলে, তাহাদের চক্ষের ও মুখের চেহারা পরিবর্তন হয়, কিন্তু এস্থলে হয় না কেন ? জন্তুগণের শারীরিক যন্ত্রণা থাকিলে তাহাদের চক্ষু হইতে অশ্রু নিঃস্রাবণ হইতে দেখা যায় । ইহা স্বাভাবিক দেখিয়াছেন, তাহারাই বুঝিবেন ।

সু। মা, বুঝিলাম যে মানুষে পরমাত্মা থাকার মানব জাতি সর্বশ্রেষ্ঠ এবং পরমাত্মাই আসল মনের উৎকর্ষ সাধন করিতে পারে। এবং ইতর প্রাণীর উহা না থাকায় তাহার যে পশু, সেই পশুই থাকে। এখন মানুষ মাত্রেই যখন পরমাত্মা আছে, তখন প্রকৃত ও অপ্রকৃত মনুষ্যত্ব কিরূপে সম্ভবে ?

জা। সেই কথা বলিতে গিয়াই এত বাহুল্য কথা বলিলাম। জীবাত্তার কার্য সম্বন্ধে মনুষ্য শরীরে যতটুকু সংশ্রব, তাহাতে সকল মানুষই সমান। পূর্বে বলিয়াছি, মনুষ্যের জীবাত্তার কার্য এবং পশুর জীবাত্তার কার্যে বড় বিশেষ প্রভেদ নাই। ইহাকেই পশুতাব বলা যাইতে পারে। কারণ 'সকলেরই ক্ষুধা বোধ ও তৃষ্ণা বোধ হয়, এবং সকলেই মল মূত্র ত্যাগ করে, নিদ্রা যায় ও রোগযন্ত্রণা ভোগ করে, সকলেরই স্মৃতি হ্রাস আছে এবং জন্ম মৃত্যু সকলেরই হইয়া থাকে, কিন্তু পরমাত্মার কার্য সকল মানুষেও সমান রূপে প্রস্ফুটিত হয় না।

সু। কেন ?

জা। কেন, তাহা বলা কঠিন, বলিলেও সর্ববাদীসম্মত হইবে না। কিন্তু দেখা যায়, আঁর অজ্ঞার বিবেচনা, ধর্ম্মাদর্শ বোধ, ঈশ্বর-বিশ্বাস সকল মানুষে সমান নহে। আর অধিক পরিমাণে শিক্ষা ও সংসর্গাদি দোষ গুণের উপর নির্ভর করে।

সু। ভাল করিয়া বুঝিলাম না।

জা। তবে আরও খুলিয়া বলি। বিনা শিক্ষা ও সংসর্গ দোষগুণে যেটা আপনা আপনি লোকের অভ্যাস হইয়া উঠে, তাহাকেই আপন স্বভাব বলা যায়, পশু পক্ষী প্রভৃতি নিকৃষ্ট জীবের এইরূপেই স্বাভাবিক জ্ঞান হইয়া থাকে। এবং সেই

রূপেই কোন কোন ব্যক্তি ধার্মিক, সত্যবাদী, ত্রায়পরায়ণ, কেহ কেহ বা দুষ্ট, মিথ্যাবাদী এবং অশান্ত হয়। শিক্ষা ও সংসর্গে এই গরমাত্মার উৎকর্ষ বা অপকর্ষ সাধিত হয়।

সু। দৃষ্টান্ত দ্বারা বুঝাইয়া বল।

জ্ঞা। সে দিন ও বাড়ীর যাত্রা গান শুনিয়াছিলে ?

সু। শুনিয়াছিলাম।

জ্ঞা। কোন্ পালা হইয়াছিল ?

সু। প্রহ্লাদ চরিত্র।

জ্ঞা। আর দাসেদের বাড়ীতে কোন্ পালা ?

সু। ঋষ-চরিত্র।

জ্ঞা। প্রহ্লাদ চরিত্রে শিক্ষা করিলে কি ?

সু। এই পালায় জানিলাম যে, প্রহ্লাদ বড় হরিতক ছিল, আর তাহার বাপ হিরণ্যকশিপু হরিবিদ্বেষী ছিল, তার আরও অনেক দোষ ছিল, নিজে হরিবিদ্বেষী ও পুত্র হরিতক বলিয়া প্রহ্লাদকে কত কষ্ট দেয়, পর্বত হইতে কেলে দেয়, অশ্বিনে পোড়াইয়া মারিবার জ্ঞাত হইলে দেয়, কিন্তু প্রহ্লাদের হরির প্রতি অটল বিশ্বাস থাকায় সকল বিপদ হইতে উদ্ধার হইলেন, এবং হরি স্বয়ং নরসিংহ মূর্তি ধারণ করিয়া দুর্কৃত দানব রাজাকে সংহার করেন।

জ্ঞা। আর ঋষচরিত্রে কি শিখিলে ?

সু। ঋষের মাকে তাহার বাপ ভালবাসিত না। ঋষের বৈমাত্র ভাই, পিতার কোলে বসিয়াছিল দেখিয়া বালক ঋষও পিতার কোলে উঠিতে চেষ্টা করিয়াছিলেন। তাহাতে বিমাতা সুনীতি ঋষকে তিরস্কার করায় ঋষ তাহার জননী স্নকটির

নিকট কাঁদিয়া বিমাতার ব্যবহারের কথা বলিলেন এবং আরো বলিলেন যে, আমি মা এমন স্থান লাভ করিব, যেখানে রাজা প্রজার ইতর বিশেষ নাই, এবং রাজাধিরাজ চক্রবর্তীও যেখানে বাইতে পারেনা। এই বলিয়া ঐক্য এক নিবিড় বনে গিয়া সর্বশক্তিমান পরমেশ্বরের আরাধনা করেন। অবশেষে ঈশ্বর সদয় হইয়া তাঁহার প্রার্থনা মঞ্জুর করেন।

জ্ঞা। হাঁ তবে এই কয়েকটা কথা মনে রাখিয়াছ। আচ্ছা, এখন এই বিষয় দ্বারাই তোমাকে বুঝাইতে চেষ্টা করিব। প্রহ্লাদ স্বভাবতঃই ধার্মিক ও হরিভক্ত ছিলেন। তাঁহার হৃদ্যন্ত প্রবল প্রতাপাঘিত পিতার ভয়ে একটু মাত্রও ভীত না হইয়া, নিজ প্রাণ বিসর্জন দিবার জন্যও সংকল্প করিলেন, তবুও হরিনাম পরিত্যাগ করিলেন না। ছুট দানবগণের মধ্য হইতে কেমন এক মহা সাধু জন্মগ্রহণ করিয়াছিলেন। প্রহ্লাদকে কেহ হরিনাম শিক্ষা দেয় নাই, অথবা কাহারও সংসর্গে থাকিয়া হরি ভক্তি শিক্ষা হয় নাই। তিনি স্বাভাবিক ভক্ত ও ধার্মিক ছিলেন।

আর ঐক্য পাঁচ বৎসর বয়সে প্রাণকে তুচ্ছ করিয়া ব্যাত্র ভল্লুক প্রভৃতি হিংস্র জন্তু পরিপূর্ণ জঙ্গলে থাকিয়া ঈশ্বরের উপাসনা করিয়াছিলেন, ইহা অপেক্ষা আশ্চর্য্যের বিষয় আর কি হইতে পারে। পক্ষান্তরে প্রহ্লাদের পিতা স্বভাবতঃই পাপী, অবি-  
শ্বাসী ও পাষাণ ছিল। আর স্বভাবসিদ্ধ বিদেহপরায়ণতার ও অহঙ্কারে মত্ত থাকিত। আর স্ত্রীত্ব ও সতীন পুত্রকে বিদেহ নয়নে দেখিতেন এবং রাজার অমুগ্রহরূপ অহঙ্কারে মত্ত থাকিতেন। এখন বুঝিতেছ, মাহুষের পরমাত্মা থাকিলেও স্বভাবের দ্বারা সেই পরমাত্মার উৎকর্ষতা ও অপকর্ষতা সাধিত হয়।

সু । এই স্বভাবসিদ্ধ গুণের কথা বুঝিলাম, এখন শিক্ষা ও সংসর্গ দ্বারা সেই পরমাত্মার কিরূপে উৎকর্ষ ও অপকর্ষ সাধিত হয়, তাহা বল ?

জ্ঞা । যখন সকল লোকের প্রকৃতি সমান নহে, তাহাতে আমার বোধ হয়, যতগুলি লোক, তাহাদের প্রকৃতি প্রায় ততগুলি । ইহাদের মধ্যে কতকগুলি লোকের প্রকৃতি হয়তঃ খুব ভাল, আবার কাহারও খারাপ । আর কতকগুলি লোকের স্বভাব ভাল মন্দ জড়িত । এই শেষোক্ত শ্রেণীর লোক প্রকৃত শিক্ষা ও ভাল সংসর্গ পাইলে খুব ভাল হইতে পারে । আবার কুশিক্ষা ও কুসংসর্গ দোষে অতি জঘন্য ভাব ধারণ করিতে পারে, কিন্তু শিক্ষা ও সংসর্গ গুণে অতি পাবণ্ডকেও সময় সময় অতি সাধু ভাব ধারণ করিতে দেখা যায় ।

সু । কিরূপে হয়, তাহা দৃষ্টান্ত দ্বারা বুঝাইয়া দাও ।

জ্ঞা । জগাই মাধাই এবং বিঘ্নমঙ্গল ঠাকুর তাহার প্রকৃত উজ্জ্বল দৃষ্টান্ত ।

সু । হাঁ জগাই মাধাই এর নাম শুনিয়াছি বটে, কিন্তু বিশেষ বিবরণ জানি না ।

জ্ঞা । নবদ্বীপ ইহাদের বাড়ী ছিল, ইহারা মাতাল ও বদ-মাইস ছিল । চৈতন্যদেব ইহাদের চরিত্র সংশোধন করিতে চেষ্টা করেন । এই জন্য চৈতন্যের সহচর নিত্যানন্দকে ইহারা প্রহার করিয়া রক্তাক্ত করিয়াছিল । কিন্তু চৈতন্য অপমানিত হইয়াও অকাতরে হরিনাম ও হরিভক্তি দ্বারা সেই পাবণ্ড দুই ভাইকে পরম সাধু করিয়াছিলেন ।

সু । হাঁ বুঝিলাম । বিঘ্নমঙ্গল কে ?



জ্ঞা। বিদ্বমঙ্গল এক ব্রাহ্মণের ছেলে ছিলেন। চরিত্র অতি ধারাপ ছিল। সর্বদাই কুস্থানে থাকিতেন ও কুক্তিয়ার ডুবিয়া রহিতেন। লোকটার এমনই অধোগতি হইয়াছিল যে, তাহার ছরবস্থা দেখিয়া মনঃপীড়া বশতঃ তাহার পিতার মৃত্যু হয়। কিন্তু পিতার মৃত্যুতেও তিনি ক্রক্ষেপ করিলেন না। এমন কি, পিতৃশ্রাদ্ধ পর্য্যন্ত করিতে ভুলিয়া গিয়াছিলেন। শ্রাদ্ধের দিনে লোক ধরিয়া নিয়া কোনরূপে ঐ কার্য্য সম্পন্ন করায়। কিন্তু সেই দিনই আবার বিদ্বমঙ্গল পূর্বস্থানে প্রত্যাগমন করিবার সংকল্প করেন। তখন রাত্রি হইয়াছিল। প্রবল ঝড় বৃষ্টি হইতেছিল, ঘন ২ বিদ্যুতপাত হইতেছিল, তাহাতে আবার একটি নদী পার হইয়া যাইতে হইবে ; নদীতেও ভয়ানক তুফান হইতেছিল। কিন্তু বিদ্বমঙ্গল সেই সব বাধা বিঘ্নের প্রতি ক্রক্ষেপ করিলেন না। নদী পার হইবার অত্র উপায় না থাকায়, একটি কি ভাসিয়া যাইতেছিল দেখিয়া উহা ভেলা কলনা করিয়া কোনরূপে ঐ নদী পার হইলেন এবং গঙ্গাবা স্থানে যাইতে লাগিলেন। কিন্তু বাঁড়ীর বহিষ্কার বন্ধ থাকায়, প্রাচীর উল্লঙ্ঘন করিয়া যাইতে কোন সুবিধা দেখিলেন না। শেষে একস্থানে একটি রজ্জুবৎ কি ঝুলিতেছিল, তাহাকে অবলম্বন করিয়া ঐ প্রাচীর উল্লঙ্ঘন করিলেন এবং সেই জঘন্ত ঘরে উপস্থিত হইলেন। কিন্তু বাহার জ্ঞাত্র এত কষ্ট করিয়া আসিয়াছিলেন, সে অতিশয় রাগাধিত হইল, ও বিদ্বমঙ্গলকে ভৎসনা করিয়া বলিল, “তুমি বড় নিকোঁধ ! তোমার মরণেরও ভয় নাই। তুমি আমার জ্ঞাত্র প্রাণকে তুচ্ছ করিয়া যেমন বিপদাপন্ন অবস্থায় আসিয়াছ, ঈশ্বরকে যদি এত ভক্তি ও ভাল-

বাসিতে, তাহা হইলে তোমার পরকালের মঙ্গল হইত, এই কথাষ  
বিষমঙ্গল ক্ষণকাল শুদ্ধভাবে থাকিলেন, মনে ঘৃণা হইল এবং  
তৎক্ষণাৎ তথা হইতে নিজস্ব হইলেন এবং নিবিড় বনে গিয়া  
মতাস ধর্ম গ্রহণ পূর্বক কষ্টে সৃষ্টে জৈয়রাদনা করিয়া জীবন  
যাপন করিতে লাগিলেন । এখন দেখিলে, স্বাভাবিক দুঃখবৃত্তি  
কিরূপে সংশোধিত হইয়া থাকে । বিষমঙ্গল, নদী পার হইবার  
সময় একটা মৃতদেহকে আশ্রয় করিয়াছিল এবং প্রাচীর  
উল্লঙ্ঘন করিবার সময় একটা সাপের লেজকে রজ্জু বলিয়া  
ধরিয়াছিলেন ।

সু। হাঁ মা বুঝিলাম ; আচ্ছা আমরা এই তিন শ্রেণীর  
কোন্ শ্রেণীভুক্ত ?

জ্ঞা। আমরা মধ্যম শ্রেণী ভুক্ত, অর্থাৎ ভাল মন্দে জড়িত ।  
তাঁই আমাদের পরমাত্মার উৎকর্ষ সাধন করিতে হইলে ভাল  
শিক্ষা ও সুসংস্কারের প্রয়োজন । সেই জন্ত বাহাতে তোমাদের  
প্রকৃত শিক্ষা হয়, সেই সব কথা বলিতে আরম্ভ করিয়াছি ।  
ইতিপূর্বে বলিয়াছি, প্রকৃত মানুষকে লোককে দেবভাবে ও  
তাহার বিপরীত পশুভাবে পরিণত করে । আমি যে সব কথা  
বলিলাম, তাহা হইতে কি শিক্ষা করিলে, বল দেখি । ইহার  
মধ্যে প্রকৃত মানুষ কে, আর মানুষ হইয়া পশুবৎ ব্যবহার  
করে কে ?

সু। প্রকৃত মানুষ ঐব ও প্রহ্লাদ ।

জ্ঞা। আর মানুষ হইয়া পশুবৎ কে ?

সু। প্রহ্লাদের পিতা হিরণ্যকশিপু মানুষ হইয়া পশুবৎ  
ছিলেন ।

জ্ঞা। ঠিক কথা, আমার যাহা বলা উদ্দেশ্য, তুমি তাহা বুঝিতে পারিয়াছ, এখন আর তোমাকে বুঝাইতে বেশী কষ্ট হইবে না। এত গেল, লোকে 'স্বভাবসিদ্ধ ধার্মিক বা পায়ালু হয়, সেই কথা'; শিক্ষা ও সংস্কেণে যে লোককে সাধু ও ধার্মিক করে, তাহার দৃষ্টান্ত কি ?

সু। তাহার দৃষ্টান্ত জগাই মাধাই ও বিবমঙ্গল ঠাকুর।

জ্ঞা। বেশ কথা, এখন দেখা যাক, প্রকৃত সাধু ও ধার্মিক কি প্রকারে হওয়া যায়। প্রকৃত সাধু ও ধার্মিক হইতে হইলে ঈশ্বরে বিশ্বাস ও ভক্তির প্রয়োজন। এইটী ধর্মের মূল ও গোড়া।

সু। মা, একথায় আবার কয়েকটী কথা জিজ্ঞাসা করিতে হইতেছে, কারণ না বুঝিয়া বুঝিলাম বলিতে তুমি বারণ করিয়াছ, তাই জিজ্ঞাসা করি, ঈশ্বর কে এবং তিনি কোথায় থাকেন ?

জ্ঞা। এ অতি গুরুতর কথা, পৃথিবীতে হই সম্প্রদায়ের লোক আছে, তাহাদের এক সম্প্রদায় ঈশ্বরে ভক্তি ও বিশ্বাস করে, আর এক সম্প্রদায়ের লোক ঈশ্বরকে বিশ্বাস করে না। সুতরাং ঐশ্বরিক কোন কথাই তাহারা গ্রাহ্য করে না বা মানে না। তাহাদিগকে নাস্তিক বলে, তাহাদের সংখ্যা খুব কম; আমরা ঈশ্বরবিশ্বাসী, তাই ঈশ্বর সম্বন্ধে যাহা যাহা জানি, তাই বলিব। ঈশ্বর এই বিশ্বসংসারের সৃষ্টিকর্তা, তাহাকে আমরা চক্ষে দেখিতে পাই না, কিন্তু পরমায়া দ্বারা তাহাকে অনুভব করিতে পারি।

সু। ঈশ্বর যে পৃথিবীর সৃষ্টিকর্তা, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা। তার প্রমাণ এই যে কর্তা না থাকিলে কোন কার্য

হয় না। এ জগতে যত কিছু আমরা দেখিতে পাই, তাহার অবশ্য কোন না কোন সৃষ্টিকর্তা আছে। এই বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ড যার কার্যের পরিচয় দিতেছে, তিনি অবশ্যই সর্বশক্তিমান, সর্বজ্ঞ, অসীম ও অতি মহান হইবেন, তাহার আর কি কোন সন্দেহ আছে ?

স্ব। তিনি কোথায় থাকেন ?

জ্ঞা। তিনি সর্বদা সকল স্থানেই বর্তমান আছেন। তোমরা কি বোধোদয়ে পড় নাই যে, ঈশ্বর নিরাকার চৈতন্য স্বরূপ, তিনি সর্বদা সর্বত্র বিদ্যমান আছেন ?

স্ব। হাঁ মা, তাহা পড়িয়াছি ও মুখস্থ করিয়াছি, কিন্তু ইহার প্রকৃত ভাব ও অর্থ বুঝিতে পারি নাই। শিক্ষকগণ বুঝাইতেও তত চেষ্টা করেন নাই। জিজ্ঞাসা করিলে বলিয়াছেন, তোমরা ও কথা বুঝিতে পারিবে না। তোমরা ছেলে মানুষ, যখন বড় হইবে তখন বুঝিতে পারিবে। এখন এই মাত্র মনে রাখ, ঈশ্বরের কোন আকার নাই, তিনি চৈতন্য স্বরূপ, সর্বদা সকল স্থানে বর্তমান আছেন। না, যে নিরাকার, বাহ্যিক আকার নাই, সে আবার চৈতন্যস্বরূপই বা কি প্রকার হইতে পারে ? আবার সর্বদা সর্বত্রই বা কিরূপে বিদ্যমান থাকিতে পারে ? বাহ্যিক আকার নাই, তাহার কি প্রকারে অস্তিত্ব স্থির করা যাইতে পারে ?

জ্ঞা। কোন আকার না থাকিলেই যে অস্তিত্ব স্বীকার করা যাইবে না, তাহার প্রমাণ কি ? বায়ুর আকার নাই, কিন্তু বায়ু যে আছে, তাহা সকলেই জানি। বায়ু না থাকিলে আমরা এক মুহূর্তও জীবিত থাকিতে পারি না, আবার মনের মধ্যে যে

সুখ, দুঃখ ইচ্ছা ভালবাসা প্রভৃতিরও কোন আকার নাই, অথচ এগুলি মনের মধ্যে বর্তমান আছে, তাহা সকলেই জানেন। কেন না, অনুভব করিয়া তাহা বুঝিতে পারা যায়। আত্মার আকার নাই, অথচ তাহার কার্য আছে। এখন বুঝিলে কি যে, আকার না থাকিলেও তাহার অস্তিত্ব আছে।

সু। বুঝিলাম যে, আকার না থাকিলেও অস্তিত্ব থাকিতে পারে। কিন্তু জৈশ্বর যে সর্বত্র সর্বদা বিদ্যমান আছেন, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা। তাহার প্রমাণ এই বিশ্ব অনন্ত ; এই অনন্ত বিশ্বের মধ্যে তাঁহার স্নকোশলে ও অসাধারণ জ্ঞান দ্বারা সমুদয় কার্যাই সম্পন্ন হইতেছে। তুমি, আমি বা অপর সাধারণে যে কার্য্য করি, তাহা সমস্তই সর্বশক্তিমান পরমেশ্বরের শক্তি ও ইচ্ছানুসারে পরিচালিত হয়, আমাদের এমন কোন শক্তি নাই, যদ্বারা চলিতে, বলিতে বা কোন কার্য্য করিতে পারি ; আমরা যে নিজের ইচ্ছামত ফিরিতে ও কার্য্য করিতে পারি, সে শক্তি পরমেশ্বরই আমাদের দিয়াছেন, এবং তিনি যে যে কার্য্য করিবার জন্ত যতটুকু শক্তি আমাদের দিয়াছেন, আমরা ততটুকুই করিতে পারি। তাহার এক তিলও বেশী করিবার আমাদের শক্তি নাই। আর নিজের ইচ্ছামত দুই হাতও শূন্নে উঠিতে পারি না, কিন্তু দেখ পাখী সকল সর্বদা শূন্নে বিচরণ করে। নিকট প্রাণী ও পাখীকে এ শক্তি কে দিয়াছেন ? আমরা হাজার চেষ্টা করিয়াও পাখীর মত শূন্নে বা মৎস্যের মত জলে বিচরণ করিতে পারি না। জীব জাতেরই এইরূপ বিভিন্ন প্রকার শক্তি ও কার্য্য দেখা যায়। এবং ইহা

পরমেশ্বরের শক্তি দ্বারাই পরিচালিত হইয়া থাকে । বিশ্ব ব্রহ্মাণ্ডের সর্বত্র ও সর্বদা বাহ্যিক এইরূপ শক্তি ও কার্যের পরিচালন দেখা যায় ও প্রকাশ পায়, তাঁহার বিদ্যমানতা সেই সেই স্থানে অনুমান করিয়া লইতে হইবে । এই সব দেখিয়াই জানা যায়, তিনি সর্বদা সর্বত্র বিদ্যমান আছেন । এই দেখ, বায়ু বহিতেছে, বাতি জলিতেছে, বৃষ্টি হইতেছে ইত্যাদি সমস্তই তাঁহার কার্য । তিনি মহুর্ত্তের জন্ত জগৎ হইতে বিচ্ছিন্ন হইলে, সমস্তেরই অস্তিত্ব লোপ হইত । যখনই যে কাজ হইতেছে, তাহাতেই তাঁহার অস্তিত্ব অনুভূত হইতেছে । আমরা যে কথাবার্তা বলিতেছি, তর্ক বিতর্ক করিতেছি, সে সমস্তই তাঁহার কার্য । তিনি, রক্ত, মাংস ও অস্থি রূপে আমাদের দেহে অবস্থান করিয়া সকল কাজ করাইতেছেন ।

স্ব । তবে তাঁহাকে প্রত্যক্ষ দেখা যায় না, অনুমান করিয়া লইতে হয় ।

জ্ঞা । সাধারণ লোকে তাঁহাকে অনুমান করিয়া বিশ্বাস ও ভুক্তি করে । সিদ্ধপুরুষেরা তাঁহাকে জ্ঞান চক্ষু দ্বারা দেখিতে পারে ।

স্ব । জ্ঞানচক্ষু কি প্রকার ?

জ্ঞা । মানুষের দুই প্রকার চক্ষু আছে । চন্দ্রচক্ষু ও জ্ঞান চক্ষু । চন্দ্র চক্ষু দ্বারা বাহ্যিকের বস্তু দেখা যায়, আর জ্ঞান চক্ষু দ্বারা ঈশ্বরকে দেখা যায় । পূর্বে বলিয়াছি, আত্মা দুই প্রকার, জীবাত্মা ও পরমাত্মা । জীবাত্মার চন্দ্র চক্ষু ও পরমাত্মার জ্ঞান চক্ষু । চন্দ্র চক্ষু মুদ্রিয়াও আমরা জ্ঞান চক্ষু দ্বারা ঈশ্বরের কার্য ও পরমাত্মার কার্য কলাপ দেখিতে পারি । এ

পরমাআকে জৈশ্বের অংশ বলিলেও অত্যাঙ্কি হয় না। তোমরা বালক, এখন ইহা সম্যক বুঝিতে পারিবে না। এখন বাহা বলি, তাহা অনুমানেই বুঝিয়া লইবে, ক্রমে বড় হইলে ধর্ম সম্বন্ধে অনুসন্ধান করিলে সকলই জানিতে পারিবে, অনুভব করিতে পারিবে, এ বিষয়ে একটা দৃষ্টান্ত দেই, ক্ষেত্রতত্ত্বের প্রথম অধ্যায় পড়িয়াছ কি ?

সু। হাঁ, ক্ষেত্রতত্ত্বের প্রথম অধ্যায় পড়িয়াছি।

জ্ঞা। তাহাতে পড়িয়াছ যে, তিনটা কথা প্রথমে স্বীকার করিয়া লইতে হয়।

সু। হাঁ ঠিক, ইহার সঙ্গে তাহার সাদৃশ্য কি ?

জ্ঞা। বেশ সাদৃশ্য আছে। ঐ তিনটা কথা যখন প্রথম পড়, তখন মনে বড় বিশ্বাস হয় না যে, ইহা দ্বারা এত সত্য কথা প্রমাণ হইবে। কিন্তু প্রথম এই তিনটা কথা স্বীকার করিয়া লইয়া, ক্ষেত্রতত্ত্বের যত প্রতিজ্ঞা পড়িবে, ততই ঐ সকল কথার প্রয়োজনীয়তা বোধ হইবে। ঐ তিনটা কথা যদি প্রথম স্বীকার করিয়া না লও, তবে এমন যে একটি প্রয়োজনীয় বিজ্ঞান, তাহার কিছুই প্রমাণ করিতে পারিবে না। পার কি ?

সু। না।

জ্ঞা। তবে ধর্মবিশ্বাস সম্বন্ধেও তাহাই মনে করিবে। প্রথমতঃ জৈশ্বর আছেন, তাহা মনে স্বীকার করিয়া লইয়া পরে ধর্ম সম্বন্ধে যত অগ্রসর হইবে, ততই তাঁহার অস্তিত্ব প্রমাণ হইবে, এবং তাঁহাকে বিশ্বাস ও ভক্তি করিতে ইচ্ছা হইবে। একথা ক্ষেত্রতত্ত্বের মত স্বীকার না করিয়া লইলে, কোন কথাই সহজে প্রমাণিত হইবে না।

সু । মা, বড় ভাল দৃষ্টান্তটী দিয়াছ। মনে বড়ই আনন্দ হইতেছে, এমন যে বিষয়, তাহা কি করিয়া লোকে অবিশ্বাস করে, জানি না। কিষ্ট্র দিন হইল স্কুলের ডেপুটী ইন্স্পেক্টর ও আমাদের হেডমাষ্টার মহাশয়ের মধ্যে এ বিষয় সম্বন্ধে তর্ক হইতেছিল যে, ঈশ্বর আছেন কি না ?

জ্ঞা । কে কি তর্ক করিলেন ?

সু । আগের কথা আমি শুনি নাই, আমি যখন গেলাম, তখন হেডমাষ্টার বলিলেন, আপনি যত তর্কই করুন না কেন, ঈশ্বর যে আছেন, তাহা মানিতেই হইবে, নচেৎ কে এই সংসারের সৃষ্টি করিবেন, এত জ্ঞান ও কৌশল কোন জড় বস্তুর সংযোগে হইতে পারে না।

জ্ঞা । ডেপুটী কি বলিলেন ?

সু । ডেপুটী বাবু প্রমাণ করিবার চেষ্টা করিলেন যে, জড় বস্তুর সংযোগে ও বিয়োগে দ্রব্য সকলের গুণ আপনা আপ-নিই উৎপন্ন হয় এবং ঈশ্বরের যে জ্ঞান ও কৌশলের কথা আপনারা বলেন, সে জড়ের গুণ মাত্র। ঈশ্বর বলিয়া কোন ব্যক্তি নাই।

জ্ঞা । একথায় হেডমাষ্টার কি উত্তর করিলেন ?

সু । তিনি বলিলেন, জল হাওয়ার কথা যেন বুঝিলাম যে জড়ের গুণে হয়, কিন্তু জড়ের যে বুদ্ধি ও চিন্তা শক্তি আছে, তাহা কি আপনি প্রমাণ করিতে পারেন ?

জ্ঞা । তখন ডেপুটী কি জবাব দিলেন ?

সু । তিনি একথায় অনেকরূপ চিন্তা করিয়া বলিলেন, হাঁ আমরা সাধারণ জড়ের যে গুণ দেখিতে পাই, তাহার সঙ্গে



মানুষের বুদ্ধি ও চিন্তা শক্তির যে গুণ দেখা যায়, তাহা স্বতন্ত্র বলিয়া বোধ হয়, কিন্তু তাহাতেই ঈশ্বর যে আছেন, তাহা কি রূপে বুঝিব ?

জ্ঞা। তারপর হেডমাষ্টার কি বলিলেন ?

সু। তিনি বলিলেন, মানুষের চিন্তা ও বুদ্ধি শক্তি যদি জড়ের গুণ হইতে স্বতন্ত্র এক জিনিস হয়, তবে তাহা কি ? কোথা হইতে উৎপন্ন হইল ? তবে একথা স্বীকার করিতে হইবে যে, এমন কোন জিনিস আছে, যাহা জগতের বাহিরে, কেন না, এই ব্রহ্মাণ্ডে যাহা দেখিতে পাই, সমস্তই জড় বা জড়ের গুণ। এমন বস্তু নাই, যাহা জড় নহে। কেমন, একথা মানেন কি না ?

জ্ঞা। ডেপুটী কি বলিলেন ?

সু। ডেপুটী একটু ইতস্ততঃ করিয়া বলিলেন, হাঁ, অসু-মান ও যুক্তি ধরিলে তাহাই বোধ হয়। তখন হেডমাষ্টার বলিলেন, বেশ কথা, যদি একথা স্বীকার করিলেন, তবে আমরা বলি যে, চিন্তা ও বুদ্ধি শক্তি আত্মার কার্য্য এবং সেই আত্মাই ঈশ্বর রূপে বা তাঁহার অংশ রূপে প্রত্যেক মানুষের হৃদয়ে অবস্থিতি করিতেছেন। আমরা ইহাও বিশ্বাস করি যে, যে মহাশক্তির দ্বারা জগৎ ব্রহ্মাণ্ড সৃষ্ট হইয়াছে বা চলিতেছে, সেই মহাশক্তিকে ঈশ্বরের শক্তি বলি।

জ্ঞা। ডেপুটী বাবু শেষে কি বলিলেন ?

সু। তিনি আর কিছু বলিলেন না, মাঝে মাঝে হাঁ হাঁ করিতে লাগিলেন। তাহাতে হেড মাষ্টার একটু উৎসাহিত হইয়া বলিলেন দেখুন, বড় বড় জাহাজের এঞ্জিনগুলি দেখিয়াছেন কি ?

ডেপুটী বলিলেন, দেখিব না কেন, যাতায়াতে প্রায়ই দেখি।

হেডমাষ্টার বলিলেন, যেমন জাহাজের কলটী চলাইয়া দিয়া ইঞ্জিনিয়ার কলেব্র বাহিরে বসিয়া তাহার কার্য্য পর্য্যবেক্ষণ করিতে থাকে, এবং কলটী দিন রাত্রি চলিতে থাকে এবং কলের মধ্যের যেখানকার যে অংশ, ঠিক সেই ভাবেই কার্য্য করে, মহাশক্তিশালী, ও মহা জ্ঞানী সেই বিশ্বব্রহ্মাণ্ডের এঞ্জিনিয়ার, সেইরূপ, তাহার এই ব্রহ্মাণ্ডরূপ কলটী চলাইয়া দিয়া কলের বাহিরে বসিয়া তাহার কার্য্য দেখিতেছেন। এখন দৃষ্টান্তটী আপনার মনে লাগিল কি ?

জ্ঞা। ডেপুটী কি বলিলেন ?

সু। ডেপুটী চলিলেন, হাঁ অনেক বুঝিলাম বটে, ছোট বেলা হইতে নাস্তিকের তর্ক শুনিয়া ও নাস্তিকের পুস্তক পড়িয়া মনটী যেন কেমন অবিশ্বাসী হইয়া পড়িয়াছে।

জ্ঞা। সুধীর, আমার উদ্দেশ্য সিদ্ধ হইয়াছে, তোমাকে যে কথা বুঝাইবার জন্ত চেষ্টা করিতেছিলাম, তাহা তোমাদের মাষ্টারদের তর্ক শুনিয়া মনে বেশ রাখিয়াছ। তবে কেন আমাকে ছলনা করিতেছ ?

সু। কৈ, মা, আমি কখনো ছলনা করি নাই।

জ্ঞা। ছলনা কর নাই, তবে প্রথমে যখন আমি তোমাকে বলি, ঈশ্বরে বিশ্বাস ও ভক্তি করিবে, তখন তুমি বলিলে, ঈশ্বর কে, কোথায় থাকেন, ইত্যাদি। আমার সঙ্গে কত তর্ক করিতে লাগিলে !

সু। মা একথা গুলি পূর্বে শুনিয়াছিলাম বটে এবং মনেও রাখিয়াছিলাম সত্য। কারণ আমার স্বভাবই এই, যেখানেই

কোন তর্ক বিতর্ক শুনি, উভয় পক্ষের 'কথামূলি সমস্ত মনে রাখিতে চেষ্টা করি। আমি যদিও ঐসকল কথা মনে রাখিয়াছিলাম, কিন্তু তাহার তাৎপর্য্য পূর্বে, বড় বুঝিতে পারি নাই। সেই জন্ত তোমার সঙ্গে তর্ক করিয়া সকল কথা খুলিয়া লইলাম। আজ তোমার কথার সঙ্গে সেই সকল তর্কের কথার মিল হওয়ায় মনে একটা দৃঢ় বিশ্বাস জন্মিল, তাহা আর মন হইতে কখনও টলিবে না।

জ্ঞা। বাছা, বেঁচে থাক, তোমার মনে আজ যে ধর্ম্মবীজ রোপণ করিয়া দিলাম, পরমেশ্বরের নিকট প্রার্থনা করি, সেই বীজ তোমার কোমল হৃদয়ে অঙ্কুরিত হইয়া কালে এক বিশাল বৃক্ষরূপে পরিণত হইবে। তাহার ছায়া ও ছায়াতে বহু লোকের তাপিত প্রাণ শীতল হইবে।

সু। না, ঈশ্বর যে আছেন, তাহা বেশ বুঝিলাম। এ বিষয়ে আরো অনেক জিজ্ঞাসা করিবার ও শিখিবার আছে। আচ্ছা, ঈশ্বর আছেন মানিলাম, কিন্তু তাঁহাকে ভক্তি করিবার প্রয়োজন কি ?

জ্ঞা। দেখ সুধীর, যিনি এত মহৎ, যিনি তোমার প্রতি দয়ালু এবং যিনি এক মুহূর্ত্ত না থাকিলে তোমার অস্তিত্ব থাকে না, তাঁহাকে যদি ভক্তি না কর, তবে আর কাহাকে ভক্তি করিবে। দেখ, কাহারো প্রতি ভক্তি কিসে হয় ? কোন ব্যক্তির গুণে মোহিত হইলে বা তাঁহা দ্বারা বিশেষরূপ উপকৃত হইলে স্বভাবতই তাঁহাকে ভক্তি করিতে ইচ্ছা হয় এবং তাহার নিকট কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করিতে বাসনা হয়। যদি একজন লোকের সামান্য উপকারে বা গুণে তাঁহার প্রতি এত কৃতজ্ঞ

হইতে হয়, তাহা হইলে, যাঁহার জন্ত প্রাণ পাইয়াছ, যাঁহার দয়ায় সুস্থ শরীরে আহার বিহার করিতেছ এবং যিনি না হইলে এক মুহূর্ত্তও বাঁচনা, তাঁহাকে ভক্তি ও ভালবাসা দেখাইবে না, তবে আর কাহাকে দেখাইবে । তাঁহার নিকট কৃতজ্ঞতা প্রকাশ না করিলে তুমি ভয়ানক অকৃতজ্ঞ ও পাপী ।

সু । মা, একথাটাও বড় গুরুতর । যাঁহার ঈশ্বর মানেন না এবং ঈশ্বরকে ভক্তি করেন না, তাঁহারা কি ঘোর পাপী ?

জ্ঞা । পাপী বই কি ?

এখন বলিব, প্রকৃত মানুষ হইতে হইলে কি কি করা উচিত ।

প্রতিদিন প্রত্যুষে গাত্রোথান করিয়া হাত মুখ ধুইয়া কোন নির্জন স্থানে বসিয়া ভক্তির সহিত পরমেশ্বরের উপাসনা করিবে, তৎপর প্রার্থনা করিয়া আপন আপন দৈনিক কার্য্যে মন দিবে । সায়ংকালও ঐ প্রকার উপাসনা করা উচিত ।

সু । মা, উপাসনা কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । পরমেশ্বরের গুণগান, তাঁহার মহিমা, দয়া, জ্ঞান ও মহত্বের বিষয় হৃদয়ঙ্গম করার নাম উপাসনা ।

সু । উপাসনা করিবার প্রয়োজন কি ? পরমেশ্বরের উপাসনা না করিলে কি হয় ?

জ্ঞা । (১) উপাসনা করিলে মন পবিত্র হয়, চরিত্র শুদ্ধ হয়, ঈশ্বরকে ভয় করিয়া চলিতে হয়, সুতরাং কোন পাপ কার্য্য করিতে সাহস হয় না । যে ঈশ্বরকে ভয় করিয়া চলে, তাহাকে ধর্ম্মভীরু বলে । যে ব্যক্তি ঈশ্বরকে সর্ব্বত্র বিদ্যমান মনে করে, সে তাঁহার সম্মুখে কোন পাপ করিয়া ছাপাইতে পারে না ।

সু। হাঁ, উপাসনার অর্থ বুঝিলাম। কিন্তু প্রার্থনার মর্ম্ম কি ?

জ্ঞা। (২) প্রার্থনা আর কিছুই না, কেবল যত পাপ কার্য্য করিয়াছ বা করিতেছ, তাহার জন্ত ক্ষমা প্রার্থনা করা, পাপ হইতে মুক্ত হইবার বাসনা এবং আত্মার উন্নতি কামনা করা। কেহ ২ প্রার্থনার প্রয়োজন মনে করেন না। তাঁহারা বলেন, প্রার্থনা করা নিজের স্বার্থের জন্ত, প্রার্থনা না করিয়া কেবল উপাসনা করিলেই যথেষ্ট।

সু। তারপর ?

জ্ঞা। (৩) ধর্ম্মগ্রন্থ সকল মনযোগ পূর্ব্বক পাঠ করিবে। দুর্নীতিপূর্ণ কোন গ্রন্থ বা পত্রের কুৎসাপূর্ণ কোন কাগজ আদবেই পড়িবে না। ধর্ম্ম-বিষয়ক গান শিক্ষা করিলে মনের ও আত্মার উন্নতি হয়।

(৪) সর্ব্বদা সাধু সঙ্গে থাকিতে চেষ্টা করিবে এবং কুসঙ্গ পরিহার করিবে। সাধুসঙ্গ লইলে জীবনের উন্নতি হয়।

(৫) কদাপি সুরা বা অন্যান্য মাদক দ্রব্য সেবন করিবে না।

সু। কেন, সুরাপানের সঙ্গে ধর্ম্মের কি সম্বন্ধ ? সুরাপানে কি অধর্ম্ম হয় ?

জ্ঞা। হাঁ সুরাপান করিলে অধর্ম্ম হয় বই কি। সুরাপানে নিম্নলিখিত দোষ ঘটে।

(ক) সুরাপান করিয়া লোকে আত্মহারা হইয়া নানা গর্হিত কার্য্য করিতে পারে।

(খ) সুরাসেবীর কুপ্রবৃত্তি সর্ব্বদাই উত্তেজিত হয়।

(গ) সর্বদা অধিক পরিমাণে সুরাপান করিলে শরীরে রোগ জন্মে। সর্বদা যে অধিক পরিমাণে সুরাপান করে, তাহার ক্ষুদ্রতর যুক্ত রোগ হইতে পারে। সুরাসেবীরা উন্মাদ রোগগ্রস্ত হইতে পারে।

(ঘ) সুরাপায়ীর বৃথা অর্থ নষ্ট হয়। সে আপন পরস্যা খরচ করিয়া সুরাপান করে, কিন্তু লোকে তাহাকে মাতাল ভিন্ন বলে না। মাতালকে কেহ বিশ্বাস করে না।

(ঙ) সুরাপায়ীর পরিবার মধ্যে সর্বদাই নানা অশান্তি বর্তমান থাকে।

(চ) সুরাপায়ী জীশ্বরকে ভুলিয়া যায়।

এখন বুঝিলে সুরাপানে ধর্ম কি অধর্ম?

সু। মা, খুব বুঝিলাম, আমি জীবন থাকিতে কখনও সুরাপান করিব না।

জ্ঞা। না, কখনই উহা স্পর্শ করিবে না। দেখ, অনেক সময় এমন মজলিস বা সংসর্গে পড়িবে যে, তাহার তোমাকে সুরাপানের জন্য নানা প্রলোভন দেখাইবে। তোষামোদ করিবে, আবার ভয়ও দেখাইবে। কিন্তু সাবধান, দৃঢ় প্রতিজ্ঞ হইয়া বলিবে, না—না, আমি কখনই মদ খাব না। এবিষয়ে কাহারো খাতির রাখিবে না। শত লোকে নারাজ হইলেও তাহা গ্রাহ্য করিবে না। সকলে একবার তোমার দৃঢ়তার পরিচয় পাইলে আর কখনও কেহ তোমাকে সুরাপান করিতে অহুরোধ করিতে সাহস করিবে না। আমি জানি, এক্রূপ অহুরোধের হাত অনেক ভাল লোকে এড়াইতে পারেন না, এবং এড়াইতে না পারিয়া পরিণামে কত কষ্ট পাইয়াছেন।

স্ব। মা, মদের এত দোষ! আমাদের দেশীয় লোকেরা কেবল সাহেবগণের অনুকরণে এতই মদ খাইতে শিখিয়াছে যে, যেখানেই কোন বিবাহ, পূজা বা অন্য কোন ধর্ম কার্যের আয়োজন দেখা যায়, সেই সেই স্থানেই মদের ছড়াছড়ি হইতে থাকে। কোন ২ সহরে মদ খরচ না করিলে মড়া পোড়ানোর লোক মেলে না, একরূপ গুনিয়াছি। অনেক শ্রদ্ধ-শাস্তিতে পর্যন্ত মদের শ্রদ্ধ হইয়া থাকে। এগুলি তবে বড় অজ্ঞায়।

জ্ঞা। হাঁ, সমাজের বড়ই বিশৃঙ্খলা হইয়াছে। সমাজের এই পাপ দূর করা বড়ই কষ্টকর কার্য হইয়াছে। দিনের বেলায় বাঁহারা বাহিরে ধর্মের গোঁড়ামী দেখান, রাত্রিকালে হয়ত তাঁহারাই চুপে চুপে মদের সর্বনাশ করিতে থাকেন। একরূপ লোকের সংখ্যা কম নহে। বাহারা প্রকাশ্যে মদ খায়, তাহারা বরং ভাল। কারণ লোকে তাহাদিগকে সদাই চিনিতে পারে। এই সকল লোকদিগকে সর্বসাধারণে সতর্কতার সহিত দেখিতে পারে। কিন্তু গুপ্ত ও ডবল চরিত্রের লোক বড় ভয়ানক। ইহাদের দ্বারা লোকে সদাই ভ্রমে পতিত ও প্রতারিত হইতে পারে, এই প্রকৃতির লোকদিগকে যখনই চিনিতে পারিবে, তখনই তাহাদের সঙ্গ পরিত্যাগ করিবে। কারণ বাহাদের চরিত্রের ঠিক নাই, তাহারা স্বার্থ সিদ্ধির জন্য তোমাকে সহজেই কোন বিপদে ফেলিতে পারে।

স্ব। হাঁ মা, তুমি যে রূপ বলিলে, আমি তাহাই করিব, কিন্তু মা একটা কথা যে, সাহেবগণ এত সত্য, বিজ্ঞ ও বহুদর্শী হইয়াও একরূপ অশেষ দোষের আকর মদ কেন ব্যবহার করেন? বোধ করি, সাহেবদের সকলেই মদ খায়।

‘জ্ঞা। সাহেবগণ যে মদ খান, তাহার প্রধান কারণ এই যে, তাঁহারা শীত প্রধান দেশের লোক। মদ্য মাংস আহার করিয়া তাঁহাদের শরীর গরম রাখা দরকার হয়। অপর কারণ এই যে, সাহেবগণের অসভ্যাবস্থা হইতে এই মদের চলন হইয়া আসিয়াছে। এটা তাঁহাদের এক সামাজিক রীতিক্রমে দাঁড়াইয়াছে। পৃথিবীতে যত অসভ্য লোক আছে, তাহারা সকল জ্ঞী পুরুষ, বালক বালিকা মিলিয়া মদ খায়। ইহাতে তাহাদের সমাজের কোন নিন্দা নাই। ঐ সকল দেশে মদ খাওয়া একটা দেশাচার মধ্যে গণ্য হইয়াছে। কাহাকেও অভ্যর্থনা করিতে হইলে বিলাতে এক গ্লাস মদ দিয়া অভ্যর্থনা করা হয়। যেমন আমাদের দেশে তামাক খাওয়ার রীতি এবং চীনদেশে আফিং খাওয়ার রীতি। তথায় কাহারো স্বাস্থ্য পান করিতে হইলে এক গ্লাস মদ পান করিয়া স্বাস্থ্য পান করা হয়। বিলাতের মদের ছড়াছড়ি এত বাড়িয়াছে যে, তথাকার লোকে ইহার অনিষ্টকারিতা বুঝিতে পারিয়াছে। তাই নানা সভা সমিতি করিয়া মদ নিবারণের চেষ্টা হইতেছে। অনেক উচুদরের লোকে প্রতিজ্ঞা করিয়া মদ পরিত্যাগ করিয়াছেন। এমন কি, নিকৃষ্ট চরিত্রের গোরাদিগের মধ্যে অনেকে মদ খাওয়া ছাড়িয়াছে। সাহেবগণের এক মহৎ গুণ এই যে, তাহারা যখনই কোন দেশাচার ও সামাজিক রীতিকে অশ্রায় বলিয়া বুঝিতে পারেন, তখনই বন্ধপরিকর হইয়া তাঁহা নিবারণের চেষ্টা করেন। এই সকল সংকারণো মেমেরা বরং আরো ভাল, তাঁহারা এই সকল বিষয়ে পুরুষের উপর অধিক আধিপত্য বিস্তার করিয়া থাকেন। কিন্তু আমাদের দেশের জ্ঞীলোক-



গণ অধিকাংশই নিরক্ষর। সমাজের কোন কার্যে পুরুষের উপর তাঁহাদের কোন হাতই নাই। আমাদের দেশের কোন কুৎসিত দেশাচার দূর করিতে সংকল্প করিল জীলোকেই তাহাতে প্রথম প্রতিবাদিনী হয় এবং দেশের পুরুষ সকলের এমন উদ্যম, সংসাহস ও দৃঢ়তা নাই যে, কোন চিরপ্রচলিত পাপের বিরুদ্ধে দাঁড়ায়।

সুঃ। মা, অনেক শিখিলাম। মদের যত দোষ, তাহা বলিলে, কিন্তু তাহার কি কোন গুণই নাই ?

জ্ঞা। মদের যে সকল দোষের কথা বলিলাম, তাহার যদি কোন গুণের কথা না বলি, সেটাও অগ্রায়। ব্রাণ্ডি পোর্টওয়াইন প্রভৃতি বৈজ্ঞানিক মতে প্রস্তুত বিলাতি মদ। ইহা অল্প মাত্রায় সেবন করিলে, উত্তেজক, বলকারক এবং ক্ষুধা-বৃদ্ধিকারক। অতি দুর্বলবস্থায় এবং রোগীর মুমূর্ষু অবস্থায় ডাক্তারেরা অল্প মাত্রায় ব্রাণ্ডি ব্যবহার করিয়া বিশেষ ফল লাভ করেন। ব্রাণ্ডির এমনই উত্তেজক শক্তি যে, আশু মৃত্যুমুখে পতিত রোগীকে ইহা দ্বারা কিয়ৎকাল জীবিত রাখা যায়।

সু। মা মদের যেমন গুরুতর দোষের কথা শুনিলাম, তেমনই তাহার আশ্চর্য্য গুণের কথা শুনিয়া মুগ্ধ হইলাম। তবে মদকে একবারে ঘৃণা করা উচিত নহে।

জ্ঞা। দেখ সকল কার্যেরই একটা সীমা আছে। কোন বিষয়ের বাড়াবাড়ী হইলেই খারাপ। ব্রাণ্ডি প্রভৃতি ঔষধের মাত্রায় ব্যবহার করিলে ক্ষতি না করিয়া বরং উপকার করে। তাই বলিয়া মদ বা নিকটস্থ বিলাতি মদ কখনও ঔষধের বদলে ব্যবহার করিবে না। মদের একটা বিশেষ আকর্ষণী-শক্তি

আছে। যাহারা সখ করিয়া আমোদ করিবার উপলক্ষে মদ খান, তাহারা অলক্ষিত ভাবে ইহাতে এমন আসক্ত হন যে, প্রথমে তাহারা ইহার বিষম অপকারিতার কল বুঝিয়া উঠিতে পারেন না। শেষে দেখিতে পান যে, তাহারা মদের দাস হইয়া পড়িয়াছেন, মদ বঞ্চিত না হইলে কোন মতেই চলে না এবং সহজে ছাড়িতেও পারেন না। বিজ্ঞলোকে এই জন্তই মদ ও মাতালকে ঘৃণা করেন।

প্রথমতঃ মদ অল্প মাত্রায় খেলে শরীর উত্তেজিত হয়, মনে ক্ষুর্ভি হয়, অন্তরে কোন চিন্তা বা বিশেষ ভাবের উদয় হয়। কিন্তু আর না খেলে সেই উত্তেজনার ভাবটা শীঘ্রই কমিয়া যায় এবং ক্রমে মন ও শরীরকে অবসন্ন করে। যাহারা নেশার ভাবটা রক্ষা করিবার জন্ত পুনঃ পুনঃ মদ খান, তাহারাই শেষে এমন অবস্থায় দাঁড়ান যে, হিতাহিত জ্ঞানশূন্য হইয়া পড়েন। ক্রমেই মদ টানিতে থাকেন এবং কেলেকারি আরম্ভ করেন। কেহ বা নৃত্যকার করিয়া ফেলেন, কেহ মজলিস মধো মল মূত্র ত্যাগ করিয়া ফেলেন, কেহ বা উলঙ্গ হইয়া থাকেন, হয়ত বা কোন জীলোকের প্রতি আক্রমণ করিতে উদ্যত হন। এই অবস্থায় একটি পল্লভে ও মাতালে বড় প্রভেদ থাকে না। সুরাপায়ীর অন্তঃকরণে এমনই একটি পিপাসা জন্মিয়া যায় যে, নির্দিষ্ট সময়ে সুরাপান না করিলে তাহার প্রাণ অস্থির হয়, শরীরে নানা গ্রানি উপস্থিত হয়। এই সকল দোষ থাকা সত্ত্বেও ডাক্তারের ব্যবস্থা ভিন্ন সুরা স্পর্শ করা উচিত নহে।

সু। বুঝিয়াছি, সেই জন্তই মদ গন্ধে এত কড়াকড়ি নিয়ম হইয়াছে।

জ্ঞা। তাই নাত কি ? হিন্দুশাস্ত্রে একটি বচন আছে যে, হাতির পায়ের নীচে পড়িয়া মরিবে তথাপি কোন গুড়ির দোকানে আশ্রয় লইবে না ।

সেবার একখানি ইংরেজি পুস্তিক হস্তগত হইয়াছে। এক পার্লামেন্টের কোন মেম্বর কর্তৃক লিখিত। লেখক মদের অগকারিতা প্রমাণ করিয়া লিখিয়াছেন যে, বিলাতে যত লোক জেলে যায়, হাসপাতালে বা অনাথাশ্রমে মরে, তাহাদের অধিকাংশ লোকই মাতাল। মাতাল না হইলে তাহাদের এত দুর্গতি হইত না। তিনি আরো হিসাব করিয়া দেখাইয়াছেন যে, বিলাতে প্রতি বৎসর ১৮ কোটি পাউণ্ড বা ২৭০ কোটি টাকা কেবল মদে খরচ হয়। এই ১৮ কোটি পাউণ্ড অনর্থক উড়িয়া যায়। তাহা দ্বারা পৃথিবীর কোন ফল হয় না। বরং ভূরি ভূরি অনিষ্ট হয়। মাতালের সন্তানগুলি বোকা ও দুষ্কর্মী হইত হয়। এ বিষয়ে বলিবার অনেক কথা আছে, কিন্তু বাহ্য বলিয়াছি, তাহাই যথেষ্ট। এই সকল কথাগুলি মনে করিয়া রাখিবে।

স্ব। এ সকল কথা মনে যে রাখিব, তাহার আর কি সন্দেহ। এ সকল কথা লইয়া সর্বদাই আলোচনা করিব। তারপর ?

জ্ঞা। পূর্বে বলিয়াছি যে মিথ্যা কথা কদাপি বলিবে না। মদের সম্বন্ধে যে প্রকার দৃঢ়তা ও সংসাহস অবলম্বন করিতে বলিয়াছি, এই সম্বন্ধেও তাহাই করিবে, তাহা হইলে কেহ কদাপিও তোমাকে মিথ্যা সাক্ষী দিতে অনুরোধ করিবে না। মিথ্যা কথার যত দোষ, পূর্বে উল্লেখ করিয়াছি।

সু। হাঁ মা! সকল কথা আমার বেশ মনে আছে।  
আর কি ?

জ্ঞা। ৩। সর্বজীবের প্রতি দয়া প্রকাশ করিবে। কাহারো  
কোন কষ্ট দেখিলে তাহা নিবারণ করিতে চেষ্টা করিবে।

সু। তারপর ?

জ্ঞা। ৮। অগ্ন্যপথে থাকিয়া যথাসাধ্য পরোপকার করিবে।  
অগ্নায় উপায় অবলম্বন করিয়া কাহারো উপকার না করাই  
ভাল। এ সকল কথা তোমাকে পূর্বে বলিয়াছি।

সু। হাঁ মা! বলিয়াছি যে আদালতে মিথ্যা সাক্ষী দিয়া  
কাহাকে শাস্তি হইতে রক্ষা করা উচিত নহে। কিন্তু অগ্নায়  
উপায় অবলম্বন করিয়া কাহারো উপকার করায় হানি কি ?

জ্ঞা। অগ্নায় উপায় অবলম্বন কি প্রকার ? তুমি কি মনে কর  
যে, একজনের খাবার থাকিলে, অগ্নের মুখের খাবার কাড়িয়া  
তাহাকে দেওয়া একটা ভাল কার্য্য ? কাহাকেও আহার দিয়া  
বাঁচান একটা পুণ্য কার্য্য, কিন্তু অগ্নের খাদ্য চুরি করিয়া দিলে  
পরম্পরাপহরণের পাপ হয়। ইহাতে অগ্নকে বঞ্চিত করা এবং  
নিজের চরিত্র কলুষিত করা হয়। বুঝিলে ?

সু। হাঁ বুঝিলাম বটে, কিন্তু মনের ধোকা দূর হইল না।  
অনেক সময় এমন ঘটনা উপস্থিত হয় যে, কাহাকেও অগ্নি মত  
উপকার করিতে গিয়াও অগ্নের ক্ষতি করিতে হয়। তখন কি  
করিবে ?

জ্ঞা। হাঁ তর্কটি বেশ ঠিক মত ধরেছ, অনেক সময় এমন  
সম্ভট উপস্থিত হয় মত, কিন্তু অগ্নিনিষ্ঠার চক্ষে সে সম্ভট অনেক  
ক্ষণ স্থায়ী হয় না। দুইটা পক্ষের অগ্নি পক্ষ অবলম্বন করিবে।

অগ্রায় পক্ষ যদি প্রবল পরাক্রান্ত ব্যক্তিও হয় এবং গ্রায় পক্ষ গরীব লোক হয়, তাহা হইলেও তোমার প্রবল পরাক্রান্ত লোকের পক্ষ পরিত্যাগ করিয়া গরিবের পক্ষ অবলম্বন করা উচিত । ইহাতে তোমার অদৃষ্টে বাই থাক্ । চোর, ডাকাইত ও বদমাইসদিগকে কখনও সহায়তা করিবে না ।

সু । বেশ বুঝিলাম । তাহার পর ?

জ্ঞা । ৯ । তার পর সর্বদা সংসাহসী হইতে চেষ্টা করিবে । গ্রায় ও ধর্ম রক্ষার জন্য প্রাণপণে যত্ন করিবে । তোমার সাক্ষাতে যদি কোন দুর্বৃত্ত লোক কোন নিরীহ ভদ্র সন্তানকে আক্রমণ করে, বা অপমান করিতে উদ্যত হয়, অথবা কোন কুলরমণীর সম্মান বা সতীত্বের উপর হস্তক্ষেপ করিতে উপক্রম করে, তাহা হইলে তুমি বিশাল বিক্রমের সহিত তাহাকে আক্রমণ করিবে এবং বাহাতে সেই দুরাশয় তাহার কুকার্যের ফল পায়, তাহার চেষ্টা করিবে । ইহাতে প্রাণ পর্য্যন্ত বিসর্জন দিলেও জগতের মহা উপকার হয় ।

সু । যদি দুর্বৃত্ত খুব শক্তিশালী হয়, তবে আমি দুর্বল ব্যক্তি, তাহাকে আক্রমণ করিলে কেবল অপমান ও লাঞ্ছনা ভোগ করিতে বাধ্য হইব, একরূপ অবস্থায় কি করিব ?

জ্ঞা । দেখ কর্তব্যজ্ঞান তাহা বোঝে না । একবার যদি তোমার ধারণা হয়, এই কার্য্য করা নিতান্ত কর্তব্য, না করিলে লোকত ধম্মত পাপ হইবে, তখন তুমি পার বা না পার, মন তাহা বুঝিবে না । তুমি অগ্রায় কার্য্য দেখিয়া কখনই স্থির থাকিতে পারিবে না । তুমি আপনার ক্ষুদ্র শক্তি লইয়াই অগ্রায়ের বিরুদ্ধে দণ্ডায়মান হইবে । একরূপ গ্রায়পক্ষ সমর্থন

করিতে গিয়া প্রায়ই বিপদে পড়িতে হয় না । কোন না কোন সহায় আসিয়া বুটে । আর যদি তোমার সংসাহস না থাকে, তুমি কর্তব্য-জ্ঞানবিহীন ও কাপুরুষের ছায় প্রাণ ও মানভয়ে পলায়ন কর, তাহা অপেক্ষা তোমার মরণ ভাল । এরূপ অপ-দার্থ জীবন থাকা না থাকা তুল্য । এখন বুঝেছ ?

সু : মা, একথা আবার বুঝিব না ? যদি কখনও সময় উপস্থিত হয়, তবে দেখাইব, আমি মায়ের উপযুক্ত সন্তান কি না ।

জ্ঞা । এই প্রকার সংসাহস দেখাইতে গিয়া তোমার পিতা-কর্তব্যের বিপদে পড়িয়াছেন, এবং একবার, এমন কি, জেল পর্য্যন্ত হইবার আশঙ্কা হইয়াছিল, কিন্তু ধর্ম্মের জয় ও ভ্রাতার বলে সমস্ত বিপদ কাটিয়া গেল । ইহাতে তাঁহার কত সুখ্যাতি বৃদ্ধি হইল । নিজেও কত আনন্দ ভোগ করিলেন ।

সু । তারপর ?

জ্ঞা । ১০ । তারপর লোক-চরিত্র পরীক্ষা করিতে শিক্ষা করিবে । লোকের, সঙ্গে ব্যবহার করিবার জন্যই তাহার চরিত্রটা ও চাল চলনটা বুঝিয়া উঠিতে পারিলে, কোন বিপদে পড়িতে হয় না । কেন না লোক-চরিত্র বোঝা বড় ভার । ইহা না বুঝিতে পারিয়া কত লোকে ক্ষতিগ্রস্ত হয় ।

সু । লোক চরিত্র আবার কি প্রকার শিক্ষা করিতে হয় ?

জ্ঞা । লোক-চরিত্র বোঝা বড় শক্ত কথা । বয়োবৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে দেখিয়া শুনিয়া এবং ঠেকিয়াই প্রায় এই সকল জ্ঞান হয় । কিন্তু চেষ্টা ভিন্ন কোন প্রকার জ্ঞান উপার্জন হয় না । অনেকে চক্ষের উপর পুনঃ পুনঃ কত ঘটনা দেখিতে পান, কিন্তু শেখেন

না। স্ত্রুতরাং নিজেই বারে বারে প্রতারণিত হইবে। তাই বলি, এখন হইতে চেষ্টা করিবে এবং আমার কথাগুলি স্মরণ রাখিবে। ইংরেজিতে ফিজিয়গনমী নামক এক গ্রন্থ আছে, তাহা বঙ্গ পূর্বক পাঠ করিলে, লোক-চরিত্র সম্বন্ধে অনেক শিক্ষা হয়। বাঁহারা এ বিষয়ে খুব পারদর্শী, তাঁহারা লোকের মুখের চেহারা দেখিয়া বুঝিতে পারেন যে, সেই লোকটা কোন্ প্রকৃতির।

সু। মা, সে পুস্তক বাঙ্গালা ভাষায় নাই ?

জ্ঞা। বাঙ্গালা ভাষায় আছে কি না, জানি না। বোধ হয়, নাই। পরের এই কয়েকটি কথা স্মরণ রাখিবে।

ক। কোন অপরিচিত লোকের সঙ্গে সহজে বড় মেশা-মিশি করিবে না।

খ। তোমার সঙ্গে আগ্রহ করিয়া যদি কেহ মিশিতে চাহে, তবে বুঝিবে যে, হয়ত তাহার কোন স্বার্থসিদ্ধির জন্ত বা কোন উপকার পাইবার জন্ত অথবা তোমাকে ভালবাসে বলিয়া সে তোমার সঙ্গে মিত্রতা করিতে চাহে। একরূপ অবস্থায় বাহিরে খুব সন্দেহ দেখাইবে, কিন্তু সাবধানে তাহার গতিবিধি ও চরিত্র পরীক্ষা করিবে। যদি তাহার চরিত্র সন্দেহজনক না হয় এবং তাহাতে তুমি সন্তুষ্ট হও, তাহা হইলে তাহাকে বন্ধুরূপে গ্রহণ করিবে। কিন্তু যদি তাহার চরিত্রে তোমার সন্দেহ হয় বা বুঝিতে পার যে, সে কোন হুরভিসন্ধির জন্তই তোমার সঙ্গে মিত্রতা করিতে চাহে, তবে তাহার সঙ্গে পরিত্যাগ করিবে। আর যদি সে কোন উপকার পাওয়ার আশায় আসিয়া থাকে এবং তুমি ন্যায়মতে তাহা করিতে পার, তাহা হইলে তাহার উপকার করা হানি নাই বরং কালে তাহা দ্বারা প্রত্যাশ্যকামও পাইতে পার।

গ। কাহাঁকেও মিথ্যাবাদী বা অধাৰ্ম্মিক বলিয়া জানিলে তাহার সঙ্গে কখনও মিত্রতা করিবে না।

(ঘ) আপন মনের গূঢ়ভাব বিশেষ আত্মীয় ভিন্ন আর কাহাকেও বলিবে না, কারণ আজ যাহাকে বন্ধু বলিয়া মনে কর, কাল সে হয়ত তোমার শত্রুরূপে দাঁড়াইবে। তখন সে তোমার গোপনীয় কথা প্রকাশ করিয়া বিশেষ অনিষ্ট করিতে পারে।

ঙ। তোমাকে বিশ্বাস করিয়া যদি কেহ কোন গোপনীয় কথা বলে, বা কোন ব্যক্তির বা পরিবারের সম্বন্ধে কোন গুহ্য কথা বলে, তাহা কখনও অগ্নির নিকট প্রকাশ করিবে না।

চ। তোমাকে প্রলোভন দেখাইয়া যদি কেহ কুপথগামী করিতে চাহে, তবে তাহার মুখ পর্য্যন্ত দেখিবে না।

(ছ) কাহাকেও হঠাৎ অবিশ্বাস করিবে না।

(জ) স্বার্থপর লোকের সংসর্গে যাইবে না।

झ। মা, এই সকল প্রয়োজনীয় কথাগুলি নোটবুকে লিখিয়া রাখা উচিত? নচেৎ ভুলিয়া যাইতে পারি।

জা। বেশ কথা।

১১। রোগীর প্রতি দয়া ও তাহার শুশ্রূষা করিতে চেষ্টা করিবে। তা সে লোকটা আত্মীয়ই হউক, আর পরই হউক।

झ। তাহার পর?

জা। ১২। গরীব, দুঃখী, অন্ধ, আতুর, খোঁড়াদিগকে মাঝে মাঝে সাহায্য করিবে। তাহাদের দুঃখে দুঃখিত হইবে। তাহা না হইলে কাহাকেও সাহায্য করা যায় না।

झ। তার পর?



জ্ঞা। ১৩। সর্বদা বিনয়ী হইতে চেষ্টা করিবে। কৰ্কশ ব্যবহার একবারে পরিত্যাগ করিবে। সময় গতিকে ও অবস্থানুসারে মনে ক্রোধ হইলে ও কৰ্কশ ভাবের উদয় হইলে, একটু ধৈর্য্যাবলম্বন করিবে, তাহাতে বড় স্ত্রফল ফলে। রাগের ঝোঁকে কাহার প্রতি রূঢ় ব্যবহার করিলে, রাগ ধামিয়া গেলে মনে পরিতাপ হয় এবং সেই লোকটার সঙ্গে কথা বলিতে লজ্জা বোধ হয়। তোমার ক্ষণিক ধৈর্য্যচ্যুতির জন্য একটি শত্রু বৃদ্ধি পাবে।

সু। মা, তবে কি রাগ প্রকাশ করা বড় দোষের কথা?

জ্ঞা। বেশ কথা মনে করিয়াছ। যখন কথা উঠিল, তখন এ সম্বন্ধে আরও কয়েকটা কথা বলিয়া রাখি। সর্বদা রাগ প্রকাশ করা অত্যাশ, আবার একবারে রাগশূন্য হওয়াও বাঞ্ছনীয় নহে। ক্রোধ প্রকাশের উপযুক্ত সময় আছে।

সু। ক্রোধ প্রকাশের আগার সময় অসময় কি?

জ্ঞা। সর্বদা যে রাগ প্রকাশ করে, তাহার মনে শান্তি থাকে না। তাহার পরিবার মধ্যে এবং প্রতিবেশীর সঙ্গে শান্তি ও সদ্ভাব থাকে না। সর্বদা রাগী ব্যক্তির অধীনে কেহ কার্য্য করিতে চাহে না। রাগী ব্যক্তির শত্রু দিন দিন বৃদ্ধি হয়। রাগী ব্যক্তি আপন অভিষ্টসিদ্ধি করিতে পারে না।

সু। আর বাহার মোটেই রাগ নাই?

জ্ঞা। বাহার মোটেই রাগ নাই, তাহাকে কেহ গ্রাহ্য করে না। তাহার ভৃত্যগণ তাহাকে মানে না। সুরোগ মতে তাহার সম্পত্তি অপহরণ করিতে চেষ্টা করে। রাগশূন্য ব্যক্তি আপন সম্মান রক্ষা করিতে পারে না। সে কেবল দুৰ্ব্বৃত্ত ব্যক্তি-

দের দ্বারা উৎপীড়িত হয়, নিরীহ ব্যক্তি বা রমণীর সম্মান রক্ষা করিতে পারে না ।

সু । তবে কোন্ সময় রাগ প্রকাশ করিব ?

জ্ঞা । ক্রোধ প্রকাশের উপযুক্ত সময় আছে । ইহা নিজের বিবেচনার উপর নির্ভর করে । কোন ব্যক্তি যদি তোমাকে অপমান করে, তবে তাহাকে একবার, দুইবার মাপ করিবে, কিন্তু তিনবারের বার তাহাকে কখনই মাপ করিবে না । সেই সময় ক্রোধ প্রকাশ করিবার তোমার উপযুক্ত সময় ।

যদি কোন সবল হৃর্বলের প্রতি অথবা অত্যাচার করে, তখন তোমার ক্রোধ প্রকাশের উপযুক্ত সময় ।

যদি কেহ তোমাকে পুনঃ পুনঃ প্রতারণা করে, তবে তখন তোমার ক্রোধ প্রকাশ করিবার সময় । এ সকল আর অধিক কি বলিব । সকলেরই একটা শেষ সীমা আছে । তাই ঐর্ষ্যেরও একটা সীমা থাকা উচিত । এবং অসময়ও ক্রোধ প্রকাশ করা উচিত নহে ।

সু । বুঝিলাম । তারপর ?

জ্ঞা । ১৫ । মিতব্যয়ী হইতে চেষ্টা করিবে ।

সু । মিতব্যয়ী হওয়া কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । বাহার যত আর, সে তাহার কতক অংশ খরচ করিবে এবং কিয়দংশ সঞ্চয় করিবে । যে ব্যক্তি আয়ের দ্বিগুণ, তিন গুণ খরচ করিয়া বসে, তাহাকে নানো কষ্ট পাইতে হয় । লোকে তাহাকে লক্ষ্মীছাড়া বলে । আবার বাহার আর যথেষ্ট, কিন্তু প্রাণান্তেও এক পয়সা ব্যয় করে না, নিজে খাওয়া পরায় কষ্ট পায়, তবু পয়সা খরচ করিতে চাহে না, সেও বড় মন্দ । লোকে

তাহাকে ক্রপণ বলিয়া ঘৃণা করে। সুতরাং সৰ্ব্বমত কালাহু-  
যায়ী এবং অবস্থানুসারে বায় করা উচিত। অন্ততঃ আগের  
তৃতীয়াংশ বা চতুর্থাংশ সঞ্চয় করা উচিত।

সু। বুঝিলাম। সঞ্চয় করিয়া লাভ কি ?

জ্ঞা। কি, সঞ্চয় করিয়া লাভ নাই ? সৰ্ব্বদাই তোমার  
অর্থের প্রয়োজন হইবে। তুমি পীড়িত হইলে বা কোন  
বিপদে পড়িলে তখন অর্থের দরকার। কোন ক্রিয়া কাণ্ড  
করিতে হইলে পরসার দরকার। পরসার না থাকিলে পদে পদে  
বিপদে পড়িতে হয়।

সু। বুঝিলাম। তারপর ?

জ্ঞা। ১৬। দাস দাসীর প্রতি সদ্যবহার করিবে। যথা সময়ে  
তাহাদের বেতন দিবে।

সু। তারপর ?

জ্ঞা। ১৭। তারপর আর বেশী কিছু বলিবার নাই। আপন  
বিদ্যা বুদ্ধির বা ঐশ্বর্য্যের অহঙ্কার করিবে না। এবং হীনাবস্থ  
লোককে তুচ্ছ করিবে না।

• ১৮। উপকারীর প্রতি কৃতজ্ঞ হইবে।

১৯। প্রবৃত্তি দ্বারা মন অসৎ পথে ধাবিত হইলে নিবৃত্তি  
দ্বারা তাহা নিবারণ করিবে।

আজকার মত আমার বাহা যাহা বলিবার, তাহা সমস্ত  
হইল। তবে তোমাকে মোটামোটা কয়েকটা কথা জিজ্ঞাসা  
করিয়া ক্ষান্ত হইব।

সু। আচ্ছা জিজ্ঞাসা কর দেখি।

জ্ঞা। খুব সংক্ষেপে উত্তর দিবে।

প্রকৃত মানুষ কে ছিলেন ?

সু । ১। ঋষ ও প্রহ্লাদ ।

জ্ঞা । ২। কোন মানুষের পুণ্ড্র ভ্রায় ব্যবহার ছিল ?

সু । হিরণ্যকশিপু এবং জগাই মাধাই ও বিশ্বমতী  
ঠাকুরের প্রথম জীবন ।

জ্ঞা । ঠিক উত্তর দিয়াছ ।

৩। আত্মা কয় প্রকার ? তাহার কার্যাই বা কি ?

সু । জীবাত্মা ও পরমাত্মা । জীবাত্মার কার্য্য, আহাৰ, বিহার, নিদ্রা যাওয়া, ও শারীরিক কষ্ট অনুভব করা ইত্যাদি । আর পরমাত্মার কার্য্য, চিন্তা করা, হিতাহিত চিন্তা করা, মনে পরিতাপ বা আত্মগ্লানি বোধ করা, পাপপুণ্য অনুধাবন করা, ইত্যাদি ।

জ্ঞা । বেশ । মানুষ ও ইতর জন্তুতে প্রভেদ কি ?

সু । জীবাত্মার কার্য্য সম্বন্ধে যতদূর সংশ্রব দেখা যায়, তাহাতে মানুষ ও ইতর জন্তুতে বড় প্রভেদ নাই ? পরমাত্মার কার্য্য, অর্থাৎ চিন্তা শক্তি, আত্মগ্লানি, হিতাহিত বোধ শক্তি প্রভৃতি পরমাত্মার কার্য্য ইতর জন্তুতে দৃষ্ট না হওয়ায়, মানুষ ইতর জন্তু সকল অপেক্ষা শ্রেষ্ঠ ।

জ্ঞা । বা, সুধীর কেমন পরিক্ষার উত্তরগুলি দিতেছে ।

৫। ঈশ্বরের অস্তিত্ব কি সে অনুভূত হয় ?

সু । এই ব্রহ্মাণ্ডের সৃষ্টি-কৌশল দেখিয়া এবং পরমাত্মার কার্য্য দেখিয়া ঈশ্বরের অস্তিত্ব অনুভূত হয় ।

জ্ঞা । হাঁ ঠিক । ঈশ্বরোপাসনার প্রয়োজন কি ?

সু । ৬। ঈশ্বরোপাসনা করিলে মন উন্নত হয়, চরিত্র

সংশোধিত হয় এবং অন্তরে আনন্দ অনুভূত হয় এবং পাপ কার্য্য করিতে ভয় হয় ।

জ্ঞা । আচ্ছা, বল দেখি, প্রকৃত মানুষের কি কি কর্তব্য ?

সু । ৭ । (ক) ধর্ম্মবিশ্বাসী হইবে ।

(খ) মিথ্যা কথা ব্যবহার করিবে না ।

(গ) সর্ব্বদা ত্রায়-পথে থাকিবে ।

(ঘ) সুরা বা অন্য কোন মাদক দ্রব্য পান করিবে না ।

(ঙ) সংসাহসী হইবে এবং অন্ত্রায়ের বিরুদ্ধে দাঁড়াইতে কখনও ভীত হইবে না ।

(চ) সাধাস্ত পরোপকার করিবে ।

(ছ) যথাসময়ে ক্রোধ বা তেজ প্রকাশ করিবে ।

(জ) মিতব্যয়ী হইবে ।

(ঝ) পীড়িত লোকের শুশ্রূষা করিবে ।

(ঞ) অন্ধ আতুর প্রভৃতিকে সাহায্য করিবে ।

(ট) উপকারীর প্রতি কৃতজ্ঞ হইবে ।

জ্ঞা । বেশ, সংক্ষেপে সার কথা কয়টা বলিয়াছ । সুধীর  
আমার অতি বুদ্ধিমান ছেলে ।



## পঞ্চম অধ্যায় ।

### স্ত্রীলোকের কর্তব্য ।

মাতা জ্ঞানবালা ও কন্যা কাদম্বিনীর কথোপকথন ।

জ্ঞা। কাহ্ন! এতদিন তোমার দাদাকে যে সকল কথা শিক্ষা দিয়াছি, বোধ করি তুমিও তাহার অধিকাংশ মনে রাখিয়াছ?

কাদ। হাঁ মা, প্রায়ই আমার মনে আছে। কিন্তু যে যে দিন আমি শুনি নাই, সেই সেই কথাবার্তা কি হইয়াছিল, তাহা জানিনা।

জ্ঞা। আমি যাহা যাহা বলিয়াছি, তাহাত অনেকই শুনিয়াছ, এখন যাহা বলি, তাহা তোমার পক্ষে বিশেষ উপযোগী হইবে। তুমি একটু বেশ মনোযোগ দিয়া শুনিবে?

কাদ। কেন, মা? আজকার কথা দাদা শুনিবে না কেন?

জ্ঞা। তোমার দাদা যে শুনিবে না, এমন কথা বলা আমার উদ্দেশ্য নহে, তাহার শোনাতে কোন হানি নাই। কিন্তু আজকার কথাগুলি তুমি মেয়ে বলিয়া তোমারই বিশেষ উপকারে আসিবে। কেন না, বেটাছেলের যাহা যাহা শিক্ষার প্রয়োজন, তাহা মোটামুটি পূর্বে বলিয়াছি।

কাদ। তবে বল মা ?

জ্ঞা। দেখ, লেখা পড়া শিক্ষা করা, শারীরিক স্বাস্থ্যরক্ষা করা এবং প্রকৃত মনুষ্যত্ব শিক্ষা করা, এ সমস্তই কি জ্ঞা, কি পুরুষ, সকলের পক্ষেই ইহার প্রয়োজন।

কাদ। জ্ঞালোকদিগের লেখাপড়া শিক্ষা করা কি পরিমাণে প্রয়োজন ?

জ্ঞা। লেখা পড়ার আবার একটা পরিমাণ কি ? যাহার যতদূর সাধ্য, সে সেই পরিমাণে শিক্ষা করিতে পারে। কারণ জ্ঞান উপার্জন যত করা যায়, ততই ভাল, কোন ক্ষতি নাই।

কাদ। মা ! তবে যে লোকে বলে, মেয়েছেলের লেখা পড়া শিখার কোন দরকার নাই। কারণ, লেখা, পড়া শিক্ষার উদ্দেশ্য চাকুরী করা। তা মেয়েরা তো আর চাকুরী করিতে যাইবে না। যদিও শেখে, সামান্য চিঠিখানা লিখিতে ও পড়িতে পারিলেই যথেষ্ট। সে কথা কি সত্য মা ?

জ্ঞা। এ কথা তোমাকে কে বলে কাছ ?

কাদ। গত রবিবারে আমাদের “গুরু মা” বিধুবাবুজীর মাঝে অনুরোধ করিতেছিলেন যে, তিনি বিধুকে কেন স্কুলে ভর্তি করাইয়া দেন না। তাহার উত্তরে বিধুর মা ঐ সকল কথা বলিলেন।

জ্ঞা। ইহা ভিন্ন আর কিছু বলিলেন ?

কাদ। আরো বলিলেন, মেয়েরা বেশী লেখা পড়া শিখিলে চরিত্র ধারাপ হয়, বাবুগিরি বেশী হয়, গুরুজনকে মানে না, ও লাজ সরম থাকে না।

জ্ঞা। তাহাতে তোমাদের “গুরুমা” কি উত্তর দিলেন ?

কাদ। গুরুমা কতক্ষণ চুপ করিয়া থাকিয়া বলিলেন যে, মনে করিয়াছিলাম, আপনার এক্রূপ অসার কথার উত্তর দিব না। কিন্তু আবার ভাবিলাম, যদি এই কথার উত্তর না দিয়া আপনার ভ্রম সংশোধন না করি, তাহা হইলে আপনিও মনে করিবেন এবং লোকেও মনে করিবে যে, আপনার নিকট আমি যুক্তিতে পরাস্ত হইলাম। কেবল তাহাও নহে, এক্রূপ করিলে জ্ঞানশিক্ষা ক্রমে লোপ পাইবে। তাই বলি, আপনার কথার এক একটা যথার্থ উত্তর দিব।

তারপর “গুরুমা” বিধুর মাকে স্নিজ্ঞান করিলেন যে, জ্ঞানলোকের লেখাপড়া শিখিতে নাই, তাহা আপনি কোন শাস্ত্রে পড়িয়াছেন, না কেবল অনুমান করিয়াই বলেন ?

জ্ঞা। তাহাতে বিধুর মা কি উত্তর দিলেন ?

কাদ। বিধুর মা বলিলেন যে, আমরাও আর টোলে পড়ি নাই, যে শাস্ত্রের খবর রাখিব। তখন গুরুমা বলিলেন যে, তবে কি অনুমান করিয়াই এ কথা বলেন ? তাহাতে বিধুর মা বলিলেন, লোকে বলে তাই শুনি এবং আমাদের কর্তাও মাঝে মাঝে এই কথা বলিয়া থাকেন।

জ্ঞা। তাহাতে তোমার গুরু মা কি বলিলেন ?

কাদ। গুরুমা বলিলেন, যাহারা এ কথা বলেন, তাহাদের কথায় কোন যুক্তি নাই, অসার। পূর্বকালের আর্য্য মহিলাগণ চিরকালই বিদ্যানুশীলনের পক্ষপাতিনী ছিলেন। তাহারা কখনই এ কথা মনে করিতেন না যে, জ্ঞানলোকে লেখাপড়া শিখিলে অসচ্চরিত্রা হয় ও তাদের বাবুগিরী বাড়ে। দেখুন, তাহার সাক্ষী প্রাতঃস্মরণীয়া, লীলাবতী, খনা, গার্গী প্রভৃতি মহ-



মহা পণ্ডিতগণ হিন্দুরমণী কুল উজ্জ্বল করিয়া গিয়াছেন। এই সকল জ্ঞানলোকগণ বিদ্যা, বুদ্ধি ও জ্ঞানে এত শ্রেষ্ঠ ছিলেন যে, তাঁহাদের সমকালীন মহাবিজ্ঞ পুরুষগণ তাঁহাদের নিকট যুক্তি তর্কে পরাভূত হইতেন। কৈ! তাঁহাদের চরিত্রেরত কোন কলঙ্ক শুনা যায় না। বরং শত শত প্রশংসার কথাই শুনা যায়।

জ্ঞা। তারপর বিধুর মা কি উত্তর দিলেন?

কাদ। বিধুর মা বলিলেন, তবে এখন এরূপ হওয়ার কারণ কি? এখন হাজার করা একটি জ্ঞানলোক লেখা পড়া জানে কিনা, সন্দেহ। তাহাতে গুরুমা বলিলেন যে; এরূপ হওয়ার কারণ এই যে, মুসলমান বাদসাহগণের সময় হিন্দুর উপর বড়ই অত্যাচার হইত। জ্ঞানলোকের সঙ্গীত রক্ষা করা দায় হইত। কাহারও কোন সুন্দরী স্ত্রী বা কন্যা দেখিলে ভৃষ্ট লোকে তাহাকে ধর্ম্মভ্রষ্টা করিতে চেষ্টা করিত। এই সকল কারণে জ্ঞানলোকদিগের ঘরের বাহির না হওয়া এবং ঘোমটা দেওয়ার প্রথা প্রচলিত হয়। এইরূপে ক্রমে জ্ঞানলোকের স্বাধীনতা লোপ পায়, এবং জ্ঞানলোক অন্তঃপুরে বদ্ধ থাকিয়া ঘোর মুর্থতায় আচ্ছন্ন হয়। সেই সময় হইতেই জ্ঞানলোকদিগের আঁত শোচনীয় হইয়া দাড়াইয়াছে। বাঙ্গালা, হিন্দুস্থান, ও পঞ্জাবের হিন্দুরমণীগণের আর পূর্বের তায় সাহস, বুদ্ধি ও সং কাষের উৎসাহ নাই। মাস্তান ও বোম্বাইয়ে মুসলমান আধিপত্য প্রবল না হওয়ায়, তথাকার জ্ঞানলোকদের অবরোধ প্রথা নাই, তাহারা স্বচ্ছন্দে পথে ঘাটে চলা ফেরা করিতে পারে। আমাদের দেশে এখন আর মুসল-

মান রাজা নাই, এখন ত্রায়পরায়ণ খ্রীষ্টীয়ান জাতি আমাদের রাজা। ইংরেজ রাজার অধীনে দেশের অন্যান্য উন্নতির সঙ্গে শিক্ষার উন্নতি হইতেছে। এদেশীয় জ্ঞানলোকদিগের শিক্ষার উন্নতির জন্য গবর্ণমেন্ট খুব খরচ করিয়া থাকেন। জ্ঞানলোকের উন্নতি না হইলে জাতীয় উন্নতি হয় না। জ্ঞানলোক, সমাজ ও জাতির অর্ধ অঙ্গ। সুতরাং সেই অর্ধ অঙ্গ অশিক্ষিত থাকিলে বা মূর্থ হইলে অপর অর্ধেকের উন্নতি কি প্রকারে সম্ভব? এদেশের লোকের অবনতির প্রধান এক কারণই জ্ঞানলোকের দুর্বাবস্থা। পক্ষান্তরে দেখ, বিলাতী জ্ঞানলোকেরা কি প্রকার উত্তম শিক্ষিত। বিলাতী জ্ঞানলোক শিক্ষার শুণে অগতে বিখ্যাত এবং কেবল শিক্ষার শুণে তাহারা সমাজে উচ্চস্থান অধিকার করিয়াছে।

জ্ঞা। ইহার উত্তরে বিধুর মা কি বলিলেন?

কাদ। বিধুর মা বলিলেন, কি জানি আমরা এত চৌদ্দ-পুরুষের খবরও রাখি না, লোকে যাহা বলে তাহাই শুনি। আপনি অনুগ্রহ করিয়া বলুন দেখি, জ্ঞানলোকেরা লেখাপড়া শিখিলে কি ফল হয়। আমরা তো দেখি, আমাদের কাজের মধ্যে ঘর নিকান, জলটানা, ভাত রাঁধা ও বাসনমাজা। তবেলা এই সব করিতেই আমাদের প্রাণান্ত, এমন কি, খাওয়ার সময় পর্য্যন্ত পাওয়া যায় না, বলুন দেখি, লেখা পড়া শিখিয়া রাখিলে এমতাবস্থায় ফল কি?

জ্ঞা। তোমার গুরুমা কি বলিলেন?

কাদ। গুরুমা বলিলেন, এইটাই আপনাদের প্রধান ভুল। যে লেখা পড়া জানে, সে স্বভাবতই একটু বেশী বুদ্ধি

রাখে, তাহার অন্তঃকরণের ভাবই স্বতন্ত্র হয় । জ্ঞানালোকে তাহার হৃদয়ে অপার আনন্দ বিরাজ করে । সে নানা ধর্মশাস্ত্র পাঠ করিয়া আপনার জীবনের উন্নতি সাধন করিতে পারে । তাহার হিতাহিত বোধ শক্তি জন্মে । শিক্ষিতা রমণী আপন সন্তানদিগকে সুশিক্ষার উন্নত করিতে পারে । আপনারা যে দিবা রাত্রি খাটেন, তাহাতে লেখা পড়া শিক্ষা করা সম্বন্ধে কিছু আসে যায় না, কারণ অপর কোন নীচ জাতীয় জ্ঞীলোকে আপনাদের জল দিলে, বাসন মাজিলে বা ভাত রান্ধিলে আপনাদের জাতি যায় বলিয়াই আপনারা নিজে ঐ সকল কাজ করিয়া থাকেন । তাহাতে লেখা পড়া শিক্ষার দোষ কি ? একথায় বিধুর মা বলিলেন, তা ঠিক, বটে কতক বুঝিলাম ।

জ্ঞা । তাহার পর তোমার গুরুমা আর কি বলিলেন ?

কা । গুরুমা বিধুর মাকে বলিলেন, আপনি যে পূর্বে বলিয়াছেন, জ্ঞীলোকে লেখাপড়া শিখিলে বাবুগিরী বেশী হয়, তাহারও কোন প্রমাণ নাই । তবে একথা সত্য যে, লেখাপড়া শিখিলে লোকে একটু পরিষ্কার, পরিচ্ছন্ন ও ফিটফাট থাকিতে ভালবাসে । তাহাতে বাবুগিরী মনে করা অস্তায়, পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকা ভাল কি নোংরা থাকা ভাল ? আপনি আরো বলিয়াছেন যে, লেখাপড়া শিখিলে জ্ঞীলোকের চরিত্র ধারাপ হয়, তাহারই বা প্রমাণ কোথায় ।

এই কথায় বিধুর মা বলিলেন, মেমদের মধ্যে ও খ্রীষ্টান জ্ঞীলোকদের মধ্যে অসচ্চরিত্রা লোকের সংখ্যা বেশী । কারণ তাহারা লেখাপড়া শিখিয়া বেশী চালাক হয়, ও স্বাধীনভাবে চলাফেরা করে ।

জ্ঞা। তাহাতে তোমার গুরুমা কি উত্তর দিলেন ?

কা। গুরুমা বলিলেন, বড়ই আশ্চর্য্যের বিষয় যে, আপনারা এই প্রকার ধারণা করিয়া থাকেন। মেমদেয় ও গ্রীষ্টান-জীলোকের মধ্যে যদি কাহারো চরিত্র খারাপ হইতে দেখা যায়, সে লেখাপড়া শিক্ষার দোষে নহে, সে ব্যক্তিগত দোষে। এমন কি, আপনারা যে লেখা পড়া শিখেন নাই এবং বাটীর মধ্যে আবদ্ধ থাকেন, আপনাদের মধ্যে শতকরা কতটা ভাল পাওয়া যায় ? এত যে শাসন করিয়া রাখা হয়, তাহাতেও ঘরে কত কেলেঙ্কারি। কত ক্রোধহত্যা হয়, তাহা কি আপনারা জানেন না ? কেমন এ কথা সত্য কিনা ? যদি অস্বীকার করেন, তবে কত গণ্ডা দৃষ্টান্ত এই মুহূর্ত্তে দেখাইয়া দিব। তাহাতে বিধুর মা একটু চুপ করিয়া থাকিয়া পরে বলিলেন যে, হাঁ কেহ কেহ খারাপ আছেন বই কি ? এই কথায় গুরুমা বলিলেন যে, যদি লেখাপড়া না শিখিয়াই জ্বালোক চরিত্রহীন হয়, তবে লেখা পড়া শিক্ষার অপরাধ কি ? বরং অনেক উপকার আছে। গুরুমা বিধুর মাকে বলিলেন, এখন আপনি বিধুকে স্কুলে পড়িতে দিবেন কিনা বলুন ? তাহাতে বিধুর মা বলিলেন, কর্তাকে জিজ্ঞাসা করিয়া বিধুকে স্কুলে পাঠাইব।

জ্ঞা। কাদম্বিনী, আশ্চর্য্যের বিষয়, তুমি এই সকল কথা বেশ পরিপাটী রূপে মনে করিয়া রাখিয়াছ। দেখ এ কথা মনে রাখিবে যে, আমি যাহা ভাল বলিয়া জানি ও বিশ্বাস করি, তাহাই তোমাকে শিখাইব। অপর কোন লোকের কথা গ্রাহ্য করি না। লেখা পড়া শিক্ষার সম্বন্ধে তোমার দাদাকে যাহা

যাহা বলিয়াছি, তাহা এবং আজ তোমার 'শুরুমার' উক্তির বিষয় যাহা আলোচনা হইল, তাহাই সত্য ও তাহাই বেশ মনে রাখিবে ।

কাদ । তারপর ।

জ্ঞা । তারপর শারীরিক স্বাস্থ্য রক্ষার সম্বন্ধে পূর্বে যাহা বলিয়াছি, তাহা সমস্ত না হইলে কতকটা কেবলমাত্র পুরুষের পক্ষেই উপযোগী । অপর গুলি স্ত্রী পুরুষ উভয়েরই বিশেষ প্রয়োজনীয় । কোন কোন বিষয় কেবল স্ত্রীলোকদের পক্ষে বিশেষ উপকারী, কিন্তু দুর্ভাগ্য বশতঃ দেশাচার ও কুসংস্কারে এদেশের স্ত্রীলোক তাহার সম্মুখ বুদ্ধিতে পারে না ।

কাদ । মা পুরুষদের মত মেয়েরাও কি ব্যায়াম করিবে, এবং হাওয়া খাইতে বহির্গত হইবে ?

জ্ঞা । মেয়েরা তাহাই করিয়া থাকে । তাহারা পুরুষগণের সঙ্গে টেনিস খেলে, হাওয়া খেতে বাহির হয় । কিন্তু সেটা এদেশের স্ত্রীলোকদিগের পক্ষে খাটিবে না । আমাদের দেশীয় স্ত্রীলোকগণ বাড়ীর মধ্যে থাকিয়া যে শারীরিক পরিশ্রম করিয়া থাকে, তাতেই ব্যায়ামের কাজ অনেক হয়, তবে আমাদের দেশের অন্তরমহলগুলি প্রায়ই নরককুণ্ড বিশেষ । অনেক বাড়ীতে পয়ঃপ্রণালী বা জল নিকাশের রাস্তা না থাকায়, সর্বদা জল ঢালায় আঙ্গিনাগুলি ভিজা ও সেন্টসেন্টে থাকে । তাহার উপর আবার যথাতথ্য মল মূত্র ত্যাগ করা হয় । বাড়ীর রাশিকৃত আবর্জনা পচিয়া ভয়ানক দুর্গন্ধ হয় । সেই সব কারণেই এদেশীয় অধিকাংশ স্ত্রীলোক, রোগা, ক্ষীণ ও দুর্বল হয় । এই সকল দুর্বল স্ত্রীলোকের সম্ভানগুলিও দুর্বল ও চিররোগা হয় ।

এই রূপ অস্বাস্থ্যকর ও বদ্ধ বায়ু'বশিষ্ট স্থানে ব্যায়াম করিলে বিশেষ কোন লাভ হয় নাই ।

কাদ । মা তবে কি আমাদের অন্তর মহলগুলি এতই জঘন্য যে বাসের অল্পযুক্ত, ইহার কারণ কি ?

জ্ঞা । তাহার কারণ এই যে বলিলাম, (১) বদ্ধবায়ু (২) সেন্টসেন্টে মাটি, (৩) নানা প্রকার দুর্গন্ধ ইত্যাদি ।

কাদ । বদ্ধ বায়ু কি প্রকার তাহা বুঝিলাম না ? তাহাতে অনিষ্ট বা কি ?

জ্ঞা । বদ্ধ বায়ু কাহাকে বলে, তাহার দোষগুণ তোমার দাদার ব্যায়াম শিক্ষার উপলক্ষে বলিয়াছি । তাহা কি তোমার মনে নাই ?

কাদ । না মা সে দিন আমার অসুখ ছিল, সে সকল কথা ভাল করিয়া শুনিতে পারি নাই ।

জ্ঞা । আচ্ছা সুধীর বল দেখি ।

সু । না মা তুমি বল ।

জ্ঞা । তবে শুন, বায়ু দুই প্রকার, বিশুদ্ধ বায়ু ও দূষিত বায়ু । বিশুদ্ধ বায়ু সেবন করিলে শরীর পুষ্ট ও সবল হয়, আর দূষিত বায়ু সেবন করিলে শরীর রোগা ও দুর্বল হয় । বায়ুর সঙ্গে জলের তুলনা করিয়া তোমাকে বুঝাইতে চেষ্টা করিব, খোলা ও মুক্ত স্থানের বায়ু নদীর স্রোতের ত্যায় । নদীতে যেমন কোন আবর্জনা পড়িলে তৎক্ষণাত্ স্রোতে ভাসিয়া দূর দূরান্তরে লইয়া যায়, সেইরূপ খোলা স্থানের বায়ুতে কোন প্রকার পচা ও দুর্গন্ধ-বিশিষ্ট গ্যাস অধিক সময় টিকিতে পারে না, কারণ প্রবাহিত বায়ুবেগে উহা স্থানান্তরিত হইয়া

বায়ু। কোন স্থানের বদ্ধ জলে যেমন কোন পচা বা অনিষ্টকর দ্রব্য পতিত হইলে তাহা সেই বদ্ধ জলেই মিলিত হইয়া জলকে দূষিত করিয়া ফেলে, সেই প্রকার কোন স্থানের বদ্ধ বায়ুতে কোন দুর্গন্ধযুক্ত গ্যাস বা বাষ্প উৎপন্ন হইলে, সেই বায়ুকে দূষিত করিয়া তুলে। আবার আমাদের নিশ্বাস প্রশ্বাস দ্বারা ও বদ্ধ বায়ুর অপকারিতা প্রতিনিয়তই বৃদ্ধি হয়। বিপুল বায়ুতে যে যে জিনিষ বেশী থাকতে শরীরের পক্ষে উপকার হয়, বদ্ধ বায়ুতে সেই সেই জিনিষের অভাব হওয়ায় বা তাহার অল্পতা বশতঃ শরীরের অনিষ্ট হয়।

কাদ। মা, গ্যাস কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। বাঙ্গালা ভাষায় গ্যাসের ঠিক অর্থ মিলে না, তবে গ্যাসের মোটামুটি অর্থ বাষ্পরূপ তরল দ্রব্যকে গ্যাস বলা যাইতে পারে।

কাদ। বাষ্প কাহাকে বলে বুঝিলাম না।

জ্ঞা। বাষ্প এক প্রকার হাওয়া বিশেষ। দেখ জল ফুটাইলে তাহা হইতে একপ্রকার ধোয়ার মত উঠিতে থাকে, ইহাকে জলীয় বাষ্প বলে, এই জলীয় বাষ্পকে ইংরেজী ভাষায় স্টিম বলে, কিন্তু কোন পচা বা গলিত বস্তু হইতেও এক প্রকার হাওয়া উৎপন্ন হয়, তাহাকেই ইংরেজীতে গ্যাস বলে। গ্যাস অনেক প্রকার আছে, কেরাসিন তেল জ্বলাইলে যে হাওয়া উৎপন্ন হয়, উহাও এক প্রকার গ্যাস।

কাদ। মা, তবে কি গ্যাসের আলো এই প্রকার গ্যাসের দ্বারা হয় ?

জ্ঞা। তাইতো, নানা পচা আবর্জনার নানা প্রক্রিয়া দ্বারা

গ্যাস প্রস্তুত হয়, সেই গ্যাসের দাহন শক্তি থাকায় উহা দ্বারা আলোর কার্য সম্পন্ন হয়।

কাদ। যে গ্যাসে পীড়া উৎপন্ন হয়, তাহা কোন্ গ্যাস ?

জ্ঞা। সে গ্যাসও অনেক প্রকার আছে। তবে আমি তোমাদিগকে কেবল ম্যালেরিয়া গ্যাসের কথা বলিব। ম্যালেরিয়া গ্যাসের নামটী বেশ মনে রাখিবে।

কাদ। ম্যালেরিয়া গ্যাস কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। পচা জল গাছ গাছড়া ও সোঁতসোঁতে মাটি হইতে এক প্রকার বাষ্প উঠিত হয়, তাহাকে ম্যালেরিয়া গ্যাস বলে, ইহা নিশ্বাস প্রশ্বাস দ্বারা শরীর মধ্যে প্রবেশ করে ও রক্ত দূষিত করিয়া জ্বর উৎপন্ন করে এবং তাহার সঙ্গে সঙ্গে প্লীহা ও যকৃৎ বৃদ্ধি হয়, তাহাতে প্রাণ নাশ পর্য্যন্তও হইয়া থাকে।

কাদ। তবে ম্যালেরিয়ার গ্যাস তো বড় ভয়ানক, আমরা দেয় দেশে যে এত জ্বরের প্রাদুর্ভাব, তাহার প্রধান কারণই বোধ করি ম্যালেরিয়া। ইহা দ্বারা জ্বর, প্লীহা, ও যকৃতাতি বৃদ্ধি হইয়া লোকের প্রাণ নাশ করে।

জ্ঞা। ম্যালেরিয়া নয় তো কি! বঙ্গদেশেই ইহার আধিপত্য বেশী, কেননা বঙ্গদেশ খাল, নাল ও ডোবায় পরিপূর্ণ ও অজলাবৃত, স্তত্রাং বৎসরের কয়েক মাস বিশেষতঃ বর্ষার আরম্ভ হইতে শেষ পর্য্যন্ত এদেশে ম্যালেরিয়া অত্যন্ত প্রাদুর্ভাব হয়। এক জাতীয় মশা দ্বারা সেই ম্যালেরিয়া আরো বিস্তৃত হয়। তাহা পূর্বে বলিয়াছি।

কাদ। মা, তবে দেশের লোকে ইহার প্রতিকার চেষ্টা করে না কেন ?



জ্ঞা। কে প্রতিকার করিবে, দেশের “কয়জন লোকে ইহার দোষ গুণ বুঝিতে পারে, যাহারা বা বুঝে, তাহাদের মধ্যে কেহবা শৈথিল্য বশতঃ কেহবা কুসংস্কার বশতঃ, ইহার কোন প্রতিকারের চেষ্টা করে না, এ কথা পূর্বেও বলিয়াছি।

কাদ। তাই বুঝি দেশের এত সর্বনাশ ?

জ্ঞা। তাহা নয়তো কি, এই ম্যালেরিয়ায় কত পরিবার, কত গ্রাম ও নগর উচ্ছন্ন গেল, দেখ জীলোকেরা শিক্ষিত হইলে, আর কিছু পারুক আর না পারুক, অন্ততঃ আপন ঘর ও বাড়ীখানা পরিষ্কার, পারচ্ছন্ন রাখিয়া রোগ ব্যাধির অনেকটা লাঘব করিতে পারে, জী লোকদিগের মূর্থতার জন্য আমাদের দেশের ঘর বাড়ী গুলি অতি অস্বাস্থ্যকর হইয়া থাকে, ভিতর বাড়ী এত নোংরা করিয়া রাখে যে, তাহা অকথ্য। অনেকে হয় তো ঘরের বাহ্যেই হইতে হইতেই মল মূত্র ত্যাগ করে, স্নতরাং সে স্থানে দুর্গন্ধের জন্য তিষ্ঠান ভার হইয়া উঠে। ঘরের আশে পাশে ও আজিনার কোণে এত আবর্জনা সংগ্রহ করিয়া রাখে যে, তাহা দৃষ্টিতে পচিয়া অনিষ্টকর দুর্গন্ধময় গ্যাস উৎপন্ন করে। প্রায় বাটীতেই জল নিকাশের নালা নাই, বর্ষাকালে এই সকল বাড়ীতে বাস করা বড়ই কষ্টকর হইয়া থাকে। নানা স্থানে জল আবদ্ধ হইয়া কাদা হয় এবং ঘাস পাতা পচিয়া বাড়ীর আজিনার হাওয়া দূষিত করিয়া ফেলে এবং এই দূষিত হাওয়াই নানা রোগের কারণ, ইহা দ্বারা ম্যালেরিয়া জ্বর, ওলাউঠা, ও আমাশয় প্রভৃতি রোগ জন্মিতে পারে। সহরের কোন কোন বাড়ী এবং পল্লীগ্রামের প্রায় সমস্ত বাড়ীই এই প্রকার দোষে দূষিত। আমাদের এখানে আমাদের বাড়ী ও ঘোষালদিগের

বাড়ী বেশ পরিকার পরিচ্ছন্ন। এই দুই বাড়ী পরিকার কেন, তাহা জান ? আমাদের বাড়ী আমি এবং ঘোষালদের বাড়ীতে মেজো বকু, এই দুই জনে দুই খানি বাড়ী, দিবা রাত্রি কত পরিশ্রম করিয়া, পরিকার পরিচ্ছন্ন রাখি, কিন্তু তাহাতে কতলোকে কত ঠাট্টা করে। কেহ কেহ বলে, স্ত্রী-বীরের মা যেন মেমসাহেবদের মত চাল চলনে চলিতে চান, কিন্তু আমি সে সব কথা গ্রাহ্য করি না। কারণ আপনি পরিকার পরিচ্ছন্ন থাকিব, বাড়ী ঘর দরজা ফিটফাট রাখিব, তাহাতে লোকে যদি নিন্দা করে, তাহাতে দূকপাতও করি না। ঘোষালদের বউকেও এই ছাপ ছাপাইয়ের জন্ত কত গজনা ভোগ করিতে হয়। বউটী দিনরাত্রি ঝাঁটা হাতে করিয়া বাড়ী ঘর পরিকার করিতে থাকে, আমি তাহাকে একদিন জিজ্ঞাসা করিলে সে বলিল, ভাই, কোন ময়লা ও নোংরা স্থান বা দ্রব্য দেখিলে আমার মনে বড়ই বিরক্তি বোধ হয়। ছোটবেলা হইতে আমার মা আমাকে সর্বদা তাড়া করিয়া এই প্রকার ছাপ ছাপাই থাকিতে শিখাইয়াছেন, কাজেই এখন এমন অভ্যাস হইয়াছে যে, ময়লা দেখিলে একটু ঘৃণা জন্মে, তাই বাড়ীর আর সকলে বেশ থাকিতে পারে, কিন্তু আমার তাহা সহ হয় না। এজন্য কতজনেরই কত কথা শুনিতে হয়, তাহা বলিতে পারি না।

কাদ। তবে এ সকল হাতে কলমে শিক্ষার দরকার, কেবল কোন পুস্তক পড়িয়া বা কাহারো উপদেশ শুনিয়া রাখিলে চলিবে না।

জ্ঞা। তাহাঁত পুস্তকের কথা পড়িয়া রাখিলে কোনই ফল হয় না, কার্যেও দেখান চাই। দেখ আমি তোমাদিগকে লইয়া

প্রতিদিন এত বক্চি ও এত বিরক্ত হইয়া তোমাদিগকে শিক্ষা দিতেছি। যদি ঘরে ঘরে এইরূপ শিক্ষা দেওয়া যায়, তবে কালে দেশের অবস্থা এক সম্পূর্ণ নূতনভাবে দাঁড়াইবে। তখন এই সকল আর নূতন কথা বলিয়া বোর হইবে না। নিত্য নৈমিত্তিক কার্য্য বলিয়া মনে করিবে। কোন একটা নূতন নিয়ম প্রচলন করা প্রথম বড়ই কষ্টকর,—কিন্তু একবার হুই চারি জনে তাহা করিলেই শেষে লোকে দেখাদেখি করিতে আরম্ভ করে।

কাদ। মা, আগে বল্লেন, আমাদের ভিতর বাড়ীগুলি বদ্ধ বায়ুতে পরিপূর্ণ, তাহার কারণ কি ?

জ্ঞা। তাহার কারণ আমাদের দেশের ভিতর-বাড়ী বা অন্তর-মহলগুলিতে জ্বীলোকগণ থাকে, অগ্র পুরুষে না দেখে বা তথায় যাইতে না পারে, তজ্জগৎ অন্তর মহলগুলি প্রায়ই ঘেরা বা আবদ্ধ থাকে, তাহাতে আবার অধিকাংশ ভিতর বাড়ীগুলির চারিদিক জঙ্গলে পরিপূর্ণ। কাজেই সেই সীমাবদ্ধ স্থানে হাওয়া খেলিতে পারে না, স্বাস্থ্যরক্ষার প্রতি দৃষ্টি থাকিলে আর এরূপ ভাবে অন্তর মহলগুলির দুর্দশা হইত না।

কাদ। মা, জ্বীলোকদিগের গন্ধে কি প্রকার শারীরিক পরিশ্রম করা উচিত ?

জ্ঞা। ঘরের কাজ বাহারা আপন হাতে করে, তাহাদের ব্যায়াম করার ফল অনেকটা কাজ করাতেই হয়,—যেমন ধান-ভানা, নদী পুকুর পাতকুয়া ইত্যেতে জল আনা ইত্যাদি। এই সব কার্য্যে কম পরিশ্রম হয় না। কিন্তু এই সব কার্য্য নিয়মিতরূপে ও সময়মত করিতে পারিলে বেশ ব্যায়ামের ফল হয়, আবার

অসময়ে ও অনিয়মিত পরিশ্রম করিলে তাহার বিপরীত ফল ফলে। যাহারা নিজহাতে কার্য্য করে না, চাকর চাকরাণী দ্বারা কার্য্য করায়, তাহাদের পক্ষে প্রতিদিন একরূপ নিয়মমত পরিশ্রম করা উচিত, যাহাতে বেশ অঙ্গচালনা হইয়া শরীর হইতে ঘাম বাহির হয়।

কাদ। মা, ওসব কথা ঢের হইয়াছে, আর দরকার নাই, এখন মোটামুটি আমাকে কি শিখিতে হইবে, তাহা বল।

জ্ঞা। তবে বলি শুন, মেয়েছেলের জীবনের কার্য্যাবলী ও কার্য্যপ্রণালী তিনভাগে বিভক্ত করা যাইতে পারে, প্রথমতঃ ছোটবেলা হইতে-বিবাহের বয়স পর্য্যন্ত, দ্বিতীয়তঃ বিবাহের পর হইতে স্বামীর ঘরকন্না করা পর্য্যন্ত ; তৃতীয়তঃ পুত্র-পৌত্রাদির লালন পালনের সময় হইতে শেষ জীবন পর্য্যন্ত।

কাদ। মা, বিবাহের সময় কত বৎসর পর্য্যন্ত ?

জ্ঞা। কাছ, এ বড় শক্ত প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করিয়াছ। আমাদের দেশের কি বালক কি বালিকা, কাহারো বিবাহের নির্দিষ্ট সময়ের ঠিক নাই। কারণ বাল্য বিবাহ, শিশু বিবাহ এবং কৌলীনা প্রথার যে দেশে চল, সে দেশে কি বিবাহের একটা নির্দিষ্ট বয়স থাকিতে পারে ? কারণ, কেহ বা টাকার লোভে দেড় বৎসরের শিশু কন্যাটিকে ৪০ বৎসরের এক পাত্রের সঙ্গে বিবাহ দিল, আবার কোন কুলীনের ঘরে ২৫।৩০ বৎসরের আই-বুড়ী কন্যা পাত্রাভাবে অবিবাহিতা রহিল।

কাদ। মা, তবে মেয়ে ছেলেদের জীবনের কার্য্যাবলির কথা খাটিল কই ? দেড় বৎসরে অর্থাৎ বিবাহের জীবনের পূর্বে বা অব্যবহিত পরে, এই দুই জীবনের এক জীবনও সেই মেয়ের

কোন কার্য্য প্রণালী শিক্ষার উপযুক্ত হয় না, কারণ তখন সে মাতৃ-  
স্তনের দুধ পান করে । আবার ত্রিশ বৎসরের পর বিবাহ হইলে,  
তাহার জীবনের অর্দ্ধেকের বেশী অতীত হইয়া যায় । সুতরাং বিবা-  
হের পর স্বামীর ঘরকন্যা প্রভৃতি কর্তব্য কার্য্য শিখিবার সময় কই ?

জ্ঞা । কাহ্ন, আমার ও কথাটা বলাই ঠিক হয় নাই । তুমি  
বেশ তর্কটী ধরিয়াছ । তোমার যে এত বোধশক্তি আছে,  
তাহাতে আমি অত্যন্ত সন্তুষ্ট হইলাম, আজ আমি বুঝিলাম যে,  
আমার মেয়ে ছেলেদের মধ্যে কেহই অবোধ নহে । আজ আমি  
জানিলাম, আমার উদ্দেশ্য সফল হইবে এবং পরিশ্রমও সার্থক  
হইবে । কথার উদ্দেশ্য না বুঝিয়া বাহারা কেবল কথাগুলি  
মুখস্থ করিয়া রাখে, কার্য্যতঃ তাহাদের কোন ফল হয় না ।  
সেরূপ ছেলেপিলের শিক্ষা দেওয়া বৃথা । যদিও বিবাহের  
একটা নির্দিষ্ট বয়স ঠিক নাই, তবু মোটামুটি ১০ বৎসর হইতে  
১৩ বৎসর পর্য্যন্ত গড়পড়তায় ধরা যাইতে পারে, কারণ অধি-  
কাংশ বিবাহই এই বয়সে হয় । এখন বুঝেছ ?

কাদ । মা বুঝিলাম, কিন্তু মন খুসী হইল না ।

জ্ঞা । হাঁ কাহ্ন আমি বুঝিছি, তুমি কম মেয়ে নও,  
কোন কথার পাকা সিদ্ধান্ত না হইলে ছাড়িবে না, এ কথার  
আমারও মন ধরিল না ।

কাদ । আমাদের জীবনের প্রথমভাগে কি কি শিক্ষা করা  
উচিত ?

জ্ঞা । তবে বলি শুন ।

১ । পিতা মাতা ও অন্যান্য গুরুজনের আদেশ প্রতিপালন  
করিতে শিক্ষা করিবে ।

২। আগুন ভ্রাতা ও ভগ্নীদিগকে ভালবাসিতে ও যত্ন করিতে শিক্ষা করিবে ।

৩। ১ সমবয়স্কা ও সহপাঠী বালিকাগণের সঙ্গে কখনও ঝগড়া করিবে না এবং কখনও কাহারো প্রতি অশ্লীল ও কটু-কথা বলিবে না ।

৪। নীচ প্রকৃতি ও কুচরিত্র বালক বালিকাদিগের সংস্রবে কখনও যাইবে না ।

৫। কোন কু-চরিত্রা স্ত্রীলোকের নিকট যাইবে না ।

৬। নিয়মিত সময়ে পাঠাভ্যাস করিবে এবং নানা প্রয়োজনীয় শিল্পকার্য্যশিক্ষা করিবে ।

৭। সর্বদা সকলের নিকট বিনয়ী ও নম্র হইবে, কখনও উগ্রমুর্ত্তি ধারণ করিবে না, কারণ নম্রতা ও মৌজন্তই স্ত্রীলোকেব অলঙ্কার ও সৌন্দর্য্য ।

৮। কখনও কোন দ্রব্য আহারে অতিরিক্ত লোভ প্রকাশ করিবে না । পিতা মাতার অগোচরে বা তাঁহাদের বিনা অশু-মতিতে ঘরের কোন দ্রব্য গোপনে আহার করিবে না, তাহা করিলে চুরি করার মত অপরাধ হয় ।

৯। প্রতিবাসীর বাড়ীতে কোন কার্য্য উপস্থিত হইলে, প্রাণপণে ও সরল প্রাণে তাহা সম্পন্ন করিতে চেষ্টা করিবে, তাহাতে তোমার ধর্ম্ম ও প্রশংসা শতগুণে বৃদ্ধি পাইবে ।

১০। রন্ধন কার্য্য মনযোগ পূর্ব্বক শিক্ষা করিবে ।

১১। পিতা মাতার আদেশক্রমে ধর্ম্মকার্য্যে বিশেষ মন-যোগী হইতে শিক্ষা করিবে ।

১২। সর্বদা বাহাতে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকিতে পার, তাহা যত্নের সহিত শিক্ষা করিবে ।

১৩। জল-বায়ুর দোষগুণ ও খাদ্যদ্রব্যের উপকারিতা ও অপকারিতা শিক্ষা করিবে । কারণ এইটী সর্বাপেক্ষা প্রয়োজনীয় । ইহার সঙ্গে জীবন মরণের সম্বন্ধ রহিয়াছে ।

১৪। বিলাসিনী হইতে চেষ্টা করিবে না ।

১৫। কেবল যে আশ্রয়স্থলে রত থাকিবে, এমন চেষ্টা করিবে না ।

১৬। ভাল খাইব ও পরিব বলিয়া আবদার করিবে না, সময় ও অবস্থা বিবেচনা করিয়া চলিবে ।

১৭। সর্বদা সত্য কথা বলিতে চেষ্টা করিবে ।

১৮। কোন অপরাধ করিলে তাহা মিথ্যা কথা বা ব্যবহার দ্বারা গোপন করিতে চেষ্টা করিবে না ।

১৯। কেহ তোমাদিগকে কোন উপকার করিলে তাহার প্রতি কৃতজ্ঞতা দেখাইও, অকৃতজ্ঞ হওয়া বড় দোষ ।

২০। অপরের শ্রী দেখিয়া কাতর হইবে না, অত্নের বিপদে জঁই প্রকাশ করিবে না, বরং তাহার দুঃখে দুঃখিত হইয়া তাহার প্রতি সহানুভূতি প্রকাশ করিতে শিক্ষা করিবে ।

২১। প্রতিদিন প্রত্যুষে শয্যা ত্যাগ করিয়া নিয়মিত কার্য্য করিতে অভ্যাস করিবে ।

২২। গুরুজনকে প্রতি ভক্তি করিতে শিক্ষা করিবে ।

২৩। অবসরমতে সম-বয়স্কাদিগের সহিত প্রতিদিন খেলা করিবে ।

কাহ্ন, তোমাকে যে যে কথাগুলি সংক্ষেপে বলিলাম,

তাহার এক একটা বিষয় বিস্তৃত করিয়া বলিতে অনেক সময় নষ্ট হয়। ইহার একএকটা কথার ভিতর অনেক নিগূঢ় ভাব আছে। তুমি যদি এই সকল ভাল করিয়া শিক্ষা কর, তাহা হইলে তুমি এক আদর্শ বালিকা বলিয়া গণ্য হইবে এবং তোমার নাম ও যশ চারিদিকে ব্যাপ্ত হইবে। ভাবী জীবনে সুখী হইবে। ছোটবেলা হইতে এ সকল শিক্ষা না করিলে, শেষে কখনই কু-অভ্যাস পরিত্যাগ করিতে পারিবে না, কারণ ছোটকালের জীবন কাঁচা মাজীর ত্রায়, বেক্রপ গঠন করিয়া রাখিবে, ভবিষ্যতে তাহাই রহিবে।

যে সকল মাতন আপন মেয়েদিগকে ছোট বেলা হইতে শিক্ষা না দেয়, তাহাদের মেয়েরা স্বশ্রুতবাদী মেলে কত গঞ্জনাই সহ করে। কত কেলেঙ্কারী করিয়া বসে, কেননা ছোটবেলার কুশিক্ষার দোষে, কু-অভ্যাস পরিত্যাগ করিতে পারে না। হ্রস্ব স্বাশ্রুতীগণ এই সকল মেয়ের মা বাপকে নানা কুৎসিত ভাষায় গালি দেয়।

কাদ। কেন, মা বাপকে গালি দেয় কেন? অপরাধ এক জনের, আর গালি দেয় অল্প জনকে?

জ্ঞা। সেটা আমাদের দেশেরই দোষ। শুনিতে পাওনা কি, দস্তদের বুড়ী তাহার বেটার বউয়ের মা বাপকে গালি না দেয় এমন দিন নাই, সে প্রায়ই বউটির ভাইয়ের মাথা খায়। আহা, ভগ্নীর মুখের উপর ভাইয়ের মাথা খাইলে ভগ্নীর মনে যে কত আঘাত লাগে, তাহা বলা যায় না, কখন যে এদেশের স্ত্রীলোকদের অবস্থা উন্নত হইবে, তাহা ভগবানই জানেন।



কাদ । বাপ মা ও ভাই তুলে যে গালি দেয়, তাহার মুখ পর্য্যন্ত দেখিতে নাই ।

জ্ঞা । বাছা, তাহা বলি কি হয়, নিজের খারাপ হইলে এবং খারাপ লোকের পাল্লায় পড়িলে এই রকমই হইয়া থাকে, উপায় নাই ।

কাদ । মা, তোমার উপদেশগুলি যথাসাধ্য পালন করিতে চেষ্টা করিবে । জ্ঞী জীবনের দ্বিতীয় ভাগে কি শিক্ষণীয় ?

জ্ঞা । জ্ঞী-জীবনের দ্বিতীয় বা মধ্যভাগের দায়িত্ব অতি গুরুতর । এই জীবনে যে নিষ্ফলক ভাবে কাটাইতে পারে, সে-ই ধন্য । তাহার সুখ্যাতিরও শেষ থাকে না ।

কাদ । কোন্ সময় হইতে জ্ঞী জীবনের দ্বিতীয় ভাগ আরম্ভ হয় ?

জ্ঞা । পূর্বেই বলিয়াছি, স্বামীর ঘরকন্নার উপযুক্ত হইলেই দ্বিতীয় জীবন আরম্ভ হয়, তাহা তুলে গেলে ? এ সম্বন্ধে কোন নির্দিষ্ট বয়স নির্দেশ করা কঠিন ।

কাদ । বেশ বুঝিলাম, তাহার পর বল ।

জ্ঞা । স্বামীর ঘরকন্নার প্রথম জিনিষই স্বামী । স্বামী সুরূপই হউন আর কুরূপই হউন, শুণী বা নিশুণী হউন, তাঁহাকে অন্তঃকরণের সহিত ভক্তি করিবে এবং ভালবাসিবে । এটা নিশ্চয় জানিবে, স্বামী ভিন্ন অন্য কোন প্রাণের বন্ধু নাই, স্বামীর সুখেই সুখ ও স্বামীর দুঃখেই দুঃখ মনে করা উচিত ।

স্বামীকে (১) প্রভুর জায় সেবা শুশ্রূষা করিবে, (২) বন্ধুর জায় ভালবাসিবে এবং (৩) গুরুজনের জায় ভক্তি করিবে । যে সতী জ্ঞী হয়, সে স্বামী ভিন্ন জগতে আর কিছুই জানে না ।

যাহাতে স্বামীর মনে কষ্ট হয়, এরূপ কোন কার্য্য করিবে না এবং যাহাতে তাঁহার মনে আঘাত লাগে, এমন কোন কথা বলিবে না। স্বামী যাহা করিতে নিষেধ করেন, কদাচ তাহা করিবে না এবং তিনি যাহা করিতে আদেশ করেন, তৎক্ষণাৎ তাহা করিবে। স্বামীর নিকট কখনও নিখ্যা কথা বলিয়া অবিশ্বাসিনী হইবে না। কারণ বিশ্বাস বড় মূল্যবান জিনিষ, সামান্য কারণের জন্ত অবিশ্বাস হইলে, তাহা আর শত ভাল কার্য্য করিলেও দূর হইবে না। স্বামীর সঙ্গে কখনও কুটিল ব্যবহার করিবে না। কাছ, তুমি এখন এ সকল কথার মর্ম্ম বুঝিবে না। তবে যনে রাখিও যখন সময় উপস্থিত হইবে, তখন এই কথাগুলি কার্য্যে লাগিবে।

কাদ । তার পর ?

জ্ঞা । তাহার পর পরিবার মধ্যে খণ্ডর খাণ্ডড়ী প্রভৃতি গুরুজনকে সেবা শুশ্রূষা ও ভক্তি করিবে। সর্ব্বদা তাঁহাদের আজ্ঞাবহ থাকিবে, তাঁহাদের আহার না করাইয়া তুমি খাইবে না, যতদিন, খাণ্ডড়ী সংসারে কর্ত্তী থাকেন, তত দিন তাঁহার কোন কার্য্যে হস্তক্ষেপ করিবে না। নিজ স্বামীর উপার্জ্জিত অর্থ দ্বারা সংসার প্রতিপালিত হয় বলিয়া কখনও গর্হ করিবে না।

কাদ । তাহার পর ।

জ্ঞা । ভাসুরকে জ্যেষ্ঠ ভাইয়ের ত্রায় ভক্তি ও মাত্ত করিবে এবং দেবরদিগকে ছোট ভাইয়ের মত ভালবাসিবে। ভাসুর ও দেবর-পত্নীদিগকে যথাক্রমে বড় ও ছোট ভগ্নীর ত্রায় ভক্তি করিবে ও ভালবাসিবে, ভাসুর একান্তভূক্ত থাকিলে

ভাস্কর-পত্নীর উপর কখনও কট্টাই করিবে না। ভাস্কর ও দেবরের সন্তানদ্বিগকে আপন সন্তান অপেক্ষাও ভালবাসিবে। তাহাদের সঙ্গে কোন প্রকার পক্ষপাতীতা দেখাইবে না, ইহাতে তোমার স্মৃতিশক্তি বৃদ্ধি পাইবে এবং বাড়ীর সকলে তোমাকে অত্যন্ত ভালবাসিবে।

কাদ। মা, তোমার কথাগুলি মনে বড়ই ধরেছে, "তুমি যেমন বললে আমি ঠিক তেমনই করিব, তাহার পর ?

জ্ঞা। বাড়ীতে চাকর চাকরানী থাকিলে তাহাদিগকে উপযুক্ত মত তত্ত্বাবধান করিবে। সকলকে মিষ্ট খাদ্য তুষ্ট রাখিবে। তাহাদের প্রতি বিদগ্ধ স্থাপন করিবে, তাহাদের আহারাদির তত্ত্বাবধান করিবে এবং যথা সময় বেতন দিবে। তাহা হইলে তাহারা তোমার কার্য্য অতি আগ্রহের সহিত করিবে। চাকর চাকরানীকে অবিখ্যাস করিলে ও কথায় কথায় দুর্ব্বাক্য বলিলে এবং ভালমত যত্নের সহিত আহারাদি না দিলে তাহারা কখনই তোমার কার্য্য করিবেক না, তাহারা অসন্তুষ্ট হইয়া যথা তথা তোমার ছন্দাম ও কুৎসা রটনা করিবে, এই কারণে অপর লোক তোমাকে ঘৃণার চক্ষে দেখিবে, চাকর চাকরানীর প্রতি দুর্ব্ব্যবহার করিলে তুমি কখনও চাকর খুঁজিয়া পাইবে না।

কাদ। তাহাতেই বুঝি সেনেদের বাড়ীতে চাকর থাকে না ?

জ্ঞা। তানয়নতো কি ? সেনেদের বড় বউ বড়ই মুখরা, তাহার মুখের যজ্ঞগায় চাকর চাকরানী থাকিবে, দুয়ের কথা, বাড়ীর লোকের টেকা ভার। বড়ী এমন ছরস্তু এবং হিংস্রক যে তাহার স্বামীর টাকা দ্বারা সংসারের খরচ চলে

বাঁগা জাদিগকে ও শ্বাশুড়ীকে কত কথা শুনায। কেবল তাহাই নহে, শুনিতে পাই, তাহার স্বামীকে পৃথক হইবার জন্ত সৰ্কদায়ই জিন করে। স্বামীজী ভাল, তাই তাহার কথায় কণপাত করে না। অত্ৰ কোন লোক হঠলে কোন্ দিন পৃথক হইয়া যাউত। এই প্রকার গিয়ার দোষে অনেক ঘর নষ্ট হয়।

কাঁদ। বেশ বুঝিলাম, কিন্তু মা অনেক বলে যে, গোষ্ঠী স্কুল লোক একত্র জড়িয়া থাকা বড়ই অশ্রায় ও অসুবিধাজনক।

জ্ঞা। এ কথা তোমাকে কে বলে কাহু ?

কাঁদ। আমি, বিজয়বালা, বিমলা ও যামিনী কাল নলীন বাবুদের বাড়ীতে হবড়াইতে গিয়াছিলাম। নলীন বাবুর জ্বর সঙ্গে অনেক কথা বার্তার পর বউ বলিলেন যে, তাই বড়ই কষ্টে আছি, মনে একটুকুও সুখ শাস্তি নাই। বাড়ীতে ভেড়ার মত এক পাল লোক, সৰ্কদায়ই অগড়া ও গোলমাল, না আছে যাওয়ার সুখ না আছে পরার সুখ। ভালমত ঘুমটুকু যাওয়ারও যো নাই। তাহাতে যামিনী বলিল, কেন আপনাদের বাড়ীতে আর বেশী লোক কি ? আপনার ছই ভাসুর ও ছই জা, তাহাদের ছেলে মেয়ে চারিটী, আপনার এক শ্বাশুড়ী ও এক ননদ, এ আর এমন বেশী কি, আমাদের দেশে নন্দীদিগের বাড়ীতে সৰ্ক-ও একুশ জন লোক আছে। তাহারা সাত ভাই, সাত ভাইয়ের সাত স্ত্রী, বিধবা ভগ্নী একটী, মা এবং ছেলে মেয়ে পাঁচটী একুনে একুশ জন, কিন্তু তাহাতে তাহারা বলেন যে, বেশ সুখে আছেন, অগড়া বিবাদ কিছুই নাই, বড় বউ গিয়া আর সকল তাহার অনুগত হইয়া সুখে ঘরকরা করিতেছে।

জ্ঞা। নলীন বাবুর স্ত্রী ইহাতে কি উত্তর দিলেন ?

কাদ। নগীন বাবুর জ্যৈষ্ঠ বলিলেন, ওঁমা তোমাদের বাঙ্গাল দেশের সকলই অজ্ঞ। তোমরা না জান খেতে, না জান পরতে, কেবল গাধার মত খাটতে জান। কবে তোমাদের দেশ, আমাদের অঞ্চলের ভায় সভ্য হইবে, জানিনা, তোমাদের এক প্রধান দোষ এই যে, তোমরা দেখিয়াও শিখ না।

জা। তাহাতে যামিনী কি বলিল ?

যামিনী জিজ্ঞাসা করিল যে, কিসে আমাদের দেশ অসভ্য হইল ? তাহাতে ওঁমা বলিল যে, প্রথমতঃ তোমরা কথা বলিতে জান না। তোমাদের কথা অতি কর্কশ। দ্বিতীয়তঃ বহু লোক একত্র বাস কর।

জা। যামিনী কি বলিল ?

কাদ। যামিনী বলিল, এইসব কারণেই যে আমাদের দেশ অসভ্য হইল, তাহার কোন প্রমাণ নাই। প্রথমতঃ দেখুন, আমাদের কথা ও স্বরের সঙ্গে আপনাদের কথা ও স্বরের অনেক পার্থক্য আছে বটে, কিন্তু তাহা স্বাভাবিক। কথা আছে যে, যোজন অন্তর ভাষা। একরা ভাষা ও স্বরের পার্থক্য সর্ব দেশেই দেখিতে পাওয়া যায়। কথা ও স্বরের পার্থক্য হইলেই লোক অসভ্য হয় না। কৃষ্ণনগরের মৌখিক ভাষা ও স্বর অপেক্ষা ধাম কলিকাতার ভাষা কতক পৃথক, আবার কলিকাতার স্বর ও ভাষা হইতে হুগলি ও বর্ধমানের স্বর ও ভাষা অন্য রূপ। এই প্রকার, যশহর, পাবনা, ফরিদপুর, ঢাকা, ময়মনসিংহ, বরিশাল, হুগুড়া, দিনাজপুর প্রভৃতি স্থানের ভাষাও স্বতন্ত্র স্বতন্ত্র প্রকার। আবার এক জেলায়ও দুই মহাকুমার ভাষা এক রকম নহে। নদিয়ার ও কুষ্টিয়ার ভাষার সঙ্গে বড় মিল নাই,

এ সকল বিবেচনা করিতে গেলে সকলেই অল্প বা অধিক পরিমাণে দোষী। আর অধিক কি বলিব, বিলাতের লণ্ডন সহরের ভাষার সঙ্গে ইয়র্কশায়ারের ভাষার মিল নাই, দাদার মুখে একথা শুনিয়াছি, সত্য মিথ্যা বলিতে পারি না।

আমাদের দেশের লোকে খামু খামু বলিলে আপনারা হেঁসে গলে পড়েন, কিন্তু আপনাদের কলিকাতার লোকে নানু, খানু, গেহু, দিনু বলিলেও আমাদের সেই প্রকার হওয়া উচিত, কারণ এ কিছু বিশুদ্ধ কথা নহে। কথার ব্যতিক্রম শুনিলেই আপনারা বিক্রপ করেন, কিন্তু আপনারা কথা বলিতে যে কত ভুল শব্দ ব্যবহার করেন, তাহার ঠিক নাই। তাহাতে বউ জিজ্ঞাসা করিল, আমরা কি ভুল কথা বলি, তাহার একটা নমুনা দেখাও। তাহাতে যামিনী বলিল, তবে দেখাইতেছি,—লক্ষ্মী পূজার নাড়ু, পাঁঠার ন্যাক, নবণ, হুচি, নাউ।

জ্ঞা। এ কথায় বউ কি বলিল ?

কাদ। বউ বলিল, এ সকল কথার নিন্দা তোমার মুখেই শুনিতে পেলেম, পূর্বে কখনও শুনি নাই। তাহাতে যামিনী বলিল, আপনাদের বাহা বলিতে বলিতে অভ্যাস হয়েছে এবং দেশে সকলেই বাহা বলে, তাহার দোষ আপনাদের চক্ষে পড়েনা। সেই প্রকার আমাদের বাহা বলিতে বলিতে চল হইয়াছে, তাহার দোষও আমরা দেখিতে পাই না।

জ্ঞা। বউ তখন কি বলিল ?

কাদ। বউ বলিল, হাঁ এ কথা ঠিক বলিয়াছি। তখন লক্ষ্মী বেড় দিয়া কাপড় পড়ার কথা তুলিল। দেখুন বেড় দিয়া কাপড় পড়ার নিন্দা আপনি করিলেন, কিন্তু সেটা আপনা-

দেয় ভুল। একে আমরা পাতলা কাপড় পরি, তাহাতে যদি বেড় দিয়া কাপড় না পরা যায়, তবে আর লজ্জার সীমা থাকে না। আমাদের দেশে সাধারণতঃ কাপড় পরার যে প্রকার প্রণালী, তাহা অত্যন্ত আপত্তিজনক, কেন না তাহাতে পাছে ছপরতা ও সামনে এক পরতা কাপড় থাকে। আপনাদের দেশে তাহার বিপরীত। আপনাদের দেশে পাছে এক পরতা ও সামনে দুই কি তিন পরতা থাকে, ইহাও আপত্তিজনক, তাহার কারণ এই যে, আপনারা বেশী সভা বলিয়া বেশী পাতলা কাপড় পরেন, এরূপ পাতলা কাপড় পরিয়া কোন ভদ্র লোকের সান্নিধ্য বাওয়া বা কোন খাদ্য পরিবেশন করা বড়ই লজ্জাজনক। শুধু তাহাও নহে। যখন ভদ্র পরিবারের বউ কি পাতলা ফির্ফিনে কাপড় পরিয়া গঙ্গান্নানের পর শত শত লোকের মধ্য দিয়া চলিয়া যায়, তখন সর্ব্বত্র উলঙ্গ বলিলেও অতুক্তি হয় না। তখন পরিধানে যে কাপড় থাকে, এমনও বোধ হয় না। বলুন এরূপ উলঙ্গ বাহার পরিয়া লাভ কি? ছি! ছি! দেখুন দেখি, আমি কাপড় পরিয়াছি, ইহার কোন দোষ দেখাতে পারেন কি? দাদা বলেন, পৃথিবীতে যত সভ্য জাতি আছে, তাহার মধ্যে বাঙ্গালী স্ত্রীলোকের কাপড় পরার প্রণালী নিতান্ত সভ্যতা-বিরুদ্ধ। মাদ্রাজী ও হিন্দুস্থানী স্ত্রীলোকেরা ঘাগর পরে, ও জামা গায়ে দেয়। পাঞ্জাবী স্ত্রীলোকে পায়জামা ও জামা পরে, মারহাট্টা স্ত্রীলোকে পুরুষের মত কোঁচা কাছা দিয়া কাপড় পরে। মেমেরা ও ইহুদি স্ত্রীলোকগণ গাউন পরে। এই প্রকার ব্রহ্মদেশ, জাপান, চীন প্রভৃতি দেশের স্ত্রীলোকগণও এমন ভাবে কাপড় পরে যে, তাহাতে লজ্জার কোন কারণ

থাকে না । বঙ্গালী জীলোকের সেই একখানা পাতলা কাপড়, তাহা মায় জামা ও মাথা ঢাকার কার্য্য সম্পন্ন করে। সত্য-বটে আজ-কাল শিক্ষিত বঙ্গালী মহলে সিমিঞ্জ ও জামার চলন হইতেছে, কিন্তু দেশের লোকের সংখ্যা তুলনা করিতে গেলে, তাহা কিছুই নয় বলিলেও অতুক্তি হয় না । যামিনী বউকে বলিল, আপনি বোধ করি এখন বুঝিতে পারিলেন যে, বেড় দিয়া কাপড় পরা ভাল কি মন্দ ।

জ্ঞা। তখন বউ কি বলিল ?

কাদ। বউ বলিল, যামিনী আমি তোমাকে এক কথা বলিয়াছি, তুমি আমাকে চৌদ্ধবুড়ি কথা শুনাইলে। যামিনী তখন বলিল, এখনই হয়েছে কি, আরও বলবার অনেক আছে । আগে বলুন, আর আমাদিগকে কাপড় পরার বিষয়ে নিন্দা করিবেন কি ? তখন বউ বলিল, তুমি যাহা বলিলে তাহা ঠিক কথা । তবে আমাদের যেন কেমন অভ্যাস হইয়াছে, মোটা কাপড় কোমরে থাকে না । আর মোটা কাপড় যেন টানাও যায় না । তখন যামিনী বলিল, এই অভ্যাসটাইতো ধারাপ চইয়াছে, তাহাতেই নিজেদের শতদোষ থাকিলেও তাহা চক্ষে দেখিতে পান না ।

জ্ঞা। তাহার পর যামিনী আর কি বলিল ?

কাদ। বউ যখন দোষ স্বীকার করিল, তখন যামিনী বহু গোষ্ঠীর একত্রবাসের কথা তুলিল। যামিনী বলিল, বহু গোষ্ঠী একত্র বাসের দোষ গুণ দুইই আছে, একযুক্ত পরিবারের মধ্যে যদি ভাল গিন্নী ও ভাল কর্তা থাকে এবং সুবন্দোবস্তের ব্যবস্থা থাকে, তাহা হইলে সেই পরিবারের মত সুখী কেহই নহে ।



এ কথা স্বীকার করি, বহুলোক এক পরিবারের মধ্যে থাকিলে, ভাল থাকার পরার তত সুবিধা হয় না। কিন্তু একত্রবাস-জনিত স্নেহ মমতার পরস্পরের বিশেষ উন্নতির কারণ হয়। যাহারা অর্থ উপার্জনে অপেক্ষাকৃত অক্ষম, তাহারা উপার্জন-ক্ষম ব্যক্তির দ্বারা উপকৃত হয়। দেখুন আমার পিতার চারি ভাই ছিলেন। আমরা তিন ভাই ভগ্নী যখন খুব ছোট, তখন আমাদের পিতা মাতার মৃত্যু হয়। আমাদের খুড়া খুড়িমারা কত যত্নে আমাদেরকে প্রতিপালন করিয়াছিলেন। তাই আমরা বেঁচে আছি। যদি আমার পিতা খুড়াদিগের সহিত পৃথক অগ্নে থাকিতেন, তবে তাহারা দেখুন, আমাদের দশা কি হইত? নিশ্চয়ই পৃথক অন্নভুক্ত খুড়া খুড়িমারা তাদৃশ যত্ন করিতেন না। দাদা এমন চাকুরী করিতেছেন এবং খুড়ত ভাইদিগকে লেখা পড়া শিখাইতেছেন। সমস্ত সংসারের ভার এখন দাদার উপর। আমার দাদা বলেন, এখন যদি হঠাৎ মরি, তবে আমার খুড়ত ভাইয়েরা আমার ধোকাদিগকে লেখা পড়া শিখাইয়া মাহুষ করিবে? দেখুন, এ কেমন সুখের বিষয়। দেখুন আপনার ভাস্করদের সঙ্গে একত্র বাস করেন বলিয়া আপনি অত্যন্ত কষ্টবোধ করেন। আপনার স্বামী বেশ সুস্থ আছেন এবং দশটাকা রোজগারও করিতেছেন। এমনতাবস্থায় পৃথক থাকিলে আপনি বেশ একটু আরামে ও স্বাধীনভাবে থাকিতে পারেন বটে, কিন্তু দুর্ঘটনা ক্রমে আপনার স্বামীর কোন ভাল মন্দ হইলে, কিম্বা আপনি ৬ মাস শয্যাগত থাকিলে আপনার ছেলে পিলের অবস্থা কি হইবে? তাই বলি, একত্র বাসে দুঃখ সুখ দুইই আছে? লোকে চলিত কথায় বলে

“একলা ঘরের শকল। বউ খেতে বড় মুখ, (কিন্তু) মারতে কালে ধরতে নাই এই বড় হুখ।” এখন বলুন দেখি কোন্টো বেশী মুখকর ? তখন বউ বলিলেন, তোমার পায়ে ধরি, যামিনী মাপ কর, যথেষ্ট হয়েছে, তুমি যে ছাড়াই না। তোমার পেটে যে এত কথা ছিল, তাহা আমি জানিতাম না। তখন যামিনী বলিল, আর একটি কথা বলিয়া ঘাইব। আপনারা বড় মুখপোড়া লোক। মানুষের মুখের উপর অপমান করেন। এবং যাহাতে লোক মনে কষ্ট পায়, এমন সব কথা বলেন। আপনারা সাহেবদের খারাপ গুণগুলি অনুকরণ করেন, কিন্তু ভাল গুণ শিক্ষা করেন না। দেখুন, একজন বিলাতি সাহেব ও একজন বাঙ্গালীতে আকাশ পাতাল প্রভেদ। সাহেবগণ সর্ব বিষয়েই শ্রেষ্ঠ। তাহাতে আবার সাহেবেরা দেশের রাজা, এমতাবস্থায় সাহেব ও মেমগণ কোন বাঙ্গালীর সঙ্গে কথা বার্তা বলিতে কখনও এমন কথা বলেন না যে, তুমি কাপুরুষ বাঙ্গালী বা “কালা আদমি, নেটিভ নিগার।” কিন্তু এ কথা বলিলে তাঁহারা অনায়াসেই বলিতে পারেন। এমতাবস্থায়ও তাঁহাদের এমনই শিক্ষার গুণ যে, শ্রমণও তাঁহারা কাহারও মনে কষ্ট দিয়া কথা বলেন না। আপনারা সাহেবদের মত উন্নত হইলে, বোধ করি, আমাদিগকে পা দিয়া মাড়াইতেও কম করিতেন না। কিন্তু এটা আপনারা মনে করিবেন যে, পূর্ব বাঙ্গালার লোক আপনাদের অপেক্ষা শিক্ষা ও ধনে মানে কোন অংশেই কম নহে।

জ্ঞা। বউ তখন কি বলিল ?

কাদ। বউ তখন ষোড়শত করিয়া বলিল, যামিনী ক্ষমা কর, চের হয়েছে, আর না। যামিনী বলিল, আগে বলুন যে আর

কাহারও এরূপ অপমান করিবেন না। বউ বলিল, করিব না, তখন যামিনী বলিল, তবে আমি ক্ষান্ত দিলাম।

জ্ঞা। কাহ্ন, তুমি একথা দ্বারা কি শিক্ষা করিলে, যুক্ত পরিবারে বাস করা ভাল কি মন্দ ?

কাদ। মা, আমার বোধ হয় যামিনী বাহা বলিল, তাহাই ঠিক কথা।

জ্ঞা। তবে আর আমাকে এ কথা জানিয়া শুনিয়া জিজ্ঞাসা করিলে কেন ?

যামিনী বেশ যুক্তিপূর্ণ কথা বলিয়াছে, আমি আগে জানিতাম না যে, যামিনীর এত বুদ্ধি আছে, তা হ্বেই তো লেখা পড়া শিক্ষার গুণই এই।

কাদ। মা, যামিনীদিগকে বাঙ্গাল বলে কেন ?

জ্ঞা। পূর্ব বাঙ্গালার লোকদিগকে এদেশের লোকেরা বাঙ্গাল বলে, কেন যে বলে, তাহা ভাল করিয়া বলিতে পারি না।

কাদ। বাঙ্গাল অর্থ কি ?

জ্ঞা। বাঙ্গালের প্রকৃত অর্থ ধরিতে গেলে বাঙ্গালা দেশে বসিয়া বাস করে, তাহারাই বাঙ্গাল। হিন্দুস্থানী ও পাঞ্জাবীগণ সমস্ত বাঙ্গালার লোককেই বাঙ্গাল বলে। কেহ বলে যে, সমস্ত বাঙ্গালা দেশ পূর্বে তিন ভাগে বিভক্ত ছিল, তাহার নাম ছিল অঙ্গ, বঙ্গ, কলিঙ্গ। পূর্ববঙ্গ বিশেষতঃ পদ্মার দুধারের দেশকে বঙ্গদেশ বলা হইত। সেই হইতে পূর্ব বঙ্গের লোকদিগকে বাঙ্গাল বলে। কিন্তু এ অঞ্চলের অনেকেই পূর্ব বঙ্গের লোকদিগের প্রতি ভ্রূক্ষার্থ বাঙ্গাল শব্দ ব্যবহার করিয়া থাকেন। তাহারাই বাঙ্গাল শব্দে অঙ্গ, অসত্য বা পশ্চাৎপদ বলিয়া মনে

করেন। আজ কাল কিন্তু আর সে সব অর্থ খাটেনা। কাবণ পূর্ব বঙ্গের লোক আজ কাল ধনে মানে বিদ্যা বুদ্ধিতে কোন অংশেই কম নহে, তবু সাধারণ লোকের একটি স্বভাব, বাস্তবিক যামিনী যাহা বলিয়াছে যে, এদেশের লোকের মন বড়ই ধারাপ, তাহা ঠিক কথা। কাদম্বিনী কখনও লোককে একরূপ মনোকষ্ট দ্বারায় কথা বলিও না, ইহাতে লাভ কিছুই নাই, ফলের মধ্যে বিবাদ ও মনান্তর ঘটে। এ সকল ছোট বেলা হইতে শিক্ষার অভাবেই ঘটে, এই কারণেই এ দেশের লোকের সঙ্গে পূর্ব অঞ্চলের লোকের পথে ঘাটে সর্বদায়ই অনর্থক বিবাদ ঘটে। এই কারণেই পূর্ব অঞ্চলের লোক এ অঞ্চলের লোকের সঙ্গে একত্র বাস করিতে রাজী হয় না। ছোটবেলা হইতে শিক্ষার অভাবে যে এই সকল অনর্থ ঘটে, তাহার আর কিছু সন্দেহ আছে কি? ছোটবেলার নম্রতা, ভদ্রতা ও সৌজন্য শিক্ষা করিলে আর একরূপ হয় না, তাই আমি তোমাদিগকে বলি, তোমরা কখনও কাহাকে মনোকষ্টজনক কথা বলিবে না। তোমাদের মনে রাখা উচিত যে, কলিকাতা ভারতবর্ষের রাজধানী বলিয়া কলিকাতা ও ত্রিপুরা স্থান সকলের লোকগণের নিত্য নূতন নূতন বিষয় দেখা ও শিক্ষার অনেক সুবিধা আছে, তোমরা কলিকাতায় যাহা নিত্য দেখ, মফস্বলের লোক তাহা কখনও চক্ষে দেখে না। তাই বলিয়া মফস্বলবাসীকে অসভ্য জ্ঞানী বলিয়া ঘৃণা করা নিতান্ত অর্থাচিনের কার্য। যাহা হউক, এ বিষয় ঢের আলোচনা হইল, আর না।

কাদ। তারপর আর কি?

জ্ঞা। তারপর সহিষ্ণুতা, সহিষ্ণুতা থাকা একটা মহা গুণ।

সহিষ্ণুতা জিনিষটা বড়ই কষ্টকর কিন্তু তাহার দণ বড়ই মধুর, তুমি যখন ঘরের গিন্নী হইবে, তখন তোমাকে নানা প্রকৃতির লোকের সঙ্গে বাবহার করিতে হইবে, তাহাদের কেহ হয়ত মিথ্যাবাদী, কেহবা ভয়ানক রাগী, কেহবা চোর, কেহবা কলহ-প্রিয় । তুমি যদি নিজ সহিষ্ণুতাগুণে এই সকল বিভিন্ন প্রকৃতির লোকদিগকে বশে রাখিতে না পার, তাহা হইলে চারিদিকে তোমার নিন্দা প্রকাশ হইবে । পরিবার মধ্যে সর্বদা ঝগড়া বিবাদ থাকিবে এবং নানা উচ্ছৃঙ্খলভাবে গৃহ পূর্ণ হইবে । এই সকল লোক লইয়া স্নেহে ঘরকরা করার এক মহা মন্ত্রই সহিষ্ণুতা ও সকলের প্রতি ভালবাসা দেখান ।

কাদ । রাগ হইলে সহিষ্ণুতা আইসে না ।

জ্ঞা । সে কথা ঠিক, কিন্তু বৈর্যাগুণ শিক্ষার প্রয়োজন । সহসা রাগান্বিত হইয়া তুমি কোন নির্দোষী ব্যক্তির প্রতি অত্যাচার ও কর্কশ ব্যবহার করিলে রাগ থামিয়া গেলে তোমার ভ্রম যখন বুঝিতে পারিবে, তখন আপনা আপনি লজ্জিত হইবে এবং মনে আত্মশ্রানী উপস্থিত হইবে । একথা আগে বলিয়াছি, ইহা অপেক্ষা ক্রাগ প্রকাশের পূর্বে এ চুই বৈর্য্যাবগম্বন করা শ্রেয় ।

কাদ । বুঝিলাম, তাহার পর ?

জ্ঞা । মিতব্যয়ী হইতে শিক্ষা করিবে ।

কাদ । মিতব্যয়ী কাকে বলে ?

জ্ঞা । বাহার যে পরিমাণে আয়, তদনুসারে তাহার কতক অংশ ব্যয় এবং কতক অংশ সঞ্চয় করা উচিত । যে ব্যক্তির এক শত টাকা আয়, সে যদি দেড় শত টাকা ব্যয় করে,

তাহাকে অপব্যয়ী বলে। অপব্যয় করিলে লক্ষীছাড়া হয়।  
সে দিনও এ কথা বলিয়াছি।

কাদ। বুঝিলাম। এক শত টাকা বাহার আর, তাহার কত  
ব্যয় ও কত সঞ্চয় করা উচিত ?

জ্ঞা। তাহার অর্দ্ধেক সঞ্চয় করা উচিত। তাহা না পারিলে  
তাহার অন্ততঃ এক চতুর্থাংশ সঞ্চয় করা উচিত। এরূপ না  
করিলে তাহার বিপদে পড়িতে হয়।

হঠাৎ অর্থের প্রয়োজন হইলে বা আর কমিয়া গেলে অর্থা-  
ভাবে নানা কষ্টে পড়িতে হয়। বাহারী ভাল গিন্নী, তাহারী এই  
সকল হিসাব করিয়া এবং পরিণাম ভাবিয়া চলে। কিন্তু লক্ষী-  
ছাড়া গিন্নী শুলা যত আর হয়, তাহা নানা বাবদে উড়াইয়া দিয়া  
কেবল নাই নাই খাই খাই রব তুলে। এরূপ গিন্নী যে বাড়ীতে,  
সে বাড়ীর পুরুষের বড়ই কষ্ট, অতএব কাহ্ন তুমি আমার কথা-  
গুলি বেশ মনে রাখিবে। আর একটা কথা স্মরণ রাখিবে, যেমন  
আর অপেক্ষা বেশী ব্যয় করা দুষণীয়, সেই মত আর অনুসারে  
সম্ভবমত ব্যয় না করাও নিন্দনীয়। কারণ অনেকে না খাইয়া,  
না পরিয়া, উপবাস করিয়া এবং নীচভাবে থাকিয়া নানা অপমান  
সহ করিয়া পয়সা জমা করে। তাহাদের অর্থ কোন কার্যেই  
আইসেনা, তাহারী কেবল মাথার ঘাম পায়ে ফেলাইয়া খাটিয়া  
মরে, কিন্তু উপার্জিত অর্থ ভোগ করিতে পারে না। শরীর রক্ষার  
জন্তই অর্থের প্রয়োজন, অর্থ থাকিতে যদি সেই শরীরই কষ্টভোগ  
করিল, তবে সে অর্থের প্রয়োজন কি, কৃপণের দন অন্তের ভাগ্যে  
ঘটে। অনেক সময় দেখা যায়। সে মরিয়া গেলে তাহার অর্থ  
অন্তে ভোগ করে, কৃপণকে লোকে কথায় কথায় নিন্দা করে।

কাদ। মা, বড় পরিস্কার কথাগুলি শিক্ষা করিলাম, তাহার পর ?

জ্ঞা। জীলোকের স্বামী গৃহে অস্ত্রান্ত কার্যের মধ্যে রন্ধন, কার্য্যই একটা প্রধান কার্য্য বলিয়া গণ্য। যে ভাল রাঁধে, তাহার বড়ই সুখ্যাতি। রাঁধা ভিন্ন পরিবেশন কার্য্যও একটা গুণের মধ্যে গণ্য। পরিবেশন করিবার সময় খুব ছাপ ছাঁপাই ভাবে থাকিবে। পরিধানে যেন কোন ময়লা কাপড় না থাকে। হাত পা যেন পরিস্কার পরিচ্ছন্ন থাকে। পরিবেশনের পূর্বে দেখিবে যেন খাদ্য দ্রব্যে কোন মাছি, চুল বা অস্ত্রান্ত কোন ঘৃণাজনক দ্রব্য না থাকে। পরিবেশন পাত্রটি যেন পরিস্কার থাকে। অনেক সময় অসাবধান ভাবে পরিবেশনের দোষে অনেকের খাওয়া নষ্ট হয়। পরিবেশনের সময় আর একটা বিষয়ে সাবধান হইবে। দেখ যেন কোন ভাল দ্রব্য আপন স্বামী পুত্রের বা ভাইয়ের পাতে বেশী না পড়ে। কারণ তাহাতে পক্ষপাতিতা দেখায়। একরূপ করিলে বড় নিন্দার বিষয়, বুঝিলে ?

কাদ। বুঝিলাম। তারপর ?

জ্ঞা। মোটামুটী সকল কথাই বলেছি, কিন্তু আর দুই একটা কথা বলিয়াই ক্ষান্ত দিব।

কাদ। তবে বল।

জ্ঞা। কলিকাতা অঞ্চলের সভ্যতাভিমানের সঙ্গে ২ নব্য জী সম্প্রদায়ের এক বিশেষ দোষ ঘটেছে। প্রায় বাড়ীর যুবতীগণই সর্ব্বদা বেশ বিজ্ঞান লইয়া ব্যস্ত। ইঁহারা সংসারের কাজ কামের ধার বড় ধারে না। বাড়ীতে যে বুড়ীরা থাকে, তাহা রাই যেন চিরগোলাম। অনেক বউমারা ভাত খেয়ে খালার

উপর হাত ধুয়ে উঠে চলে যান। তাঁহাদের মুখ ধোয়ার জল-টুকু পর্য্যন্তও খাণ্ডী বা মাকে দিতে হয়। ইহারা সর্বদাই উল ও কাঁটা লুইয়া বাস্ত থাকেন। উননের ধারে গেলে গায়ের রং ময়লা হয়, এই প্রকার সভ্যতা পূর্ব্ববঙ্গের স্ত্রী-সমাজে এখনও চোকে নাই। এই কারণেই এ দেশের স্ত্রীলোকগণ পূর্ব্ব-বঙ্গের স্ত্রীলোকগণকে অসভ্য বলিয়া থাকেন। প্রকৃত পক্ষে ধরিতে গেলে অসভ্য কে, তাহা আর বুঝিতে বাকী থাকিবে না, কিন্তু কাহ্ন ! তুমি কখনও গুরুপ করিবা না।

কাদ। না মা, কখনও গুরুপ করিব না, তার পর ?।

জ্ঞা। আর এক কথা পূর্ব্বের বলিয়াছি, এখনও বলি। সেটা সংসাহসের পরিচয় দেওয়া।

কাদ। হাঁ সেত বলেছ দাদার সম্বন্ধে, সে বেটাছেলের বেলাই খাটে, মেয়েদের পক্ষে কি কি বিষয়ে সংসাহসের পরিচয় দিতে হইবে বল ?

জ্ঞা। সংসাহস প্রকাশ সম্বন্ধে সাধারণতঃ নিম্নম স্ত্রী পুরুষ উভয়ের পক্ষেই খাটে। তবে বেশীর ভাগে স্ত্রীলোকদিগের কোন স্তম্ভ এমন বিপদ উপস্থিত হইতে পারে যে, কোন দুর্ব্ব-ত্তের দ্বারা সতীত্ব বা মানের হানি হওয়ার সম্ভাবনা হইতে পারে। এক্ষণ সময় উপস্থিত হইলে কিছু মাত্র ভয় না করিয়া সাহস ও ধৈর্য্যের সহিত তাহার প্রতিকারের চেষ্টা করিবে। বিপদে ভীত হইলে আত্ম সম্মান রক্ষা হওয়া, কষ্টকর।

কাদ। মা দুর্ব্বৃত্ত পুরুষের বিরুদ্ধে দুর্ব্বল স্ত্রীলোকে কি করিয়া আত্ম রক্ষা করিতে পারে।

জ্ঞা। কাহ্ন, এ কথা, বোধ করি পূর্ব্বেরই বলিয়াছি যে সং



প্রবৃত্তি ও সংসাহস দৃঢ় হইলে, তখন সে জীলোক শারীরিক দুর্বল হইলে মনের জোরে আত্মরক্ষা করিতে পারে? মনের জোর থাকিলেই প্রত্যাৎপন্নমতিত্ব আসিয়া উপস্থিত হয় এবং তদ্বারাই কোন না কোন উপায় আসিয়া জোটে। পৃথিবীতে সকল কার্য্যই বল দ্বারা হয় না। বুদ্ধি দ্বারাই নানা মত কার্য্য সম্পন্ন হয়।

কাদ। মা, তুমি, এমন কোন দৃষ্টান্ত পেয়েছ কি, যাহাতে কেবল বুদ্ধির দ্বারা কোন জীলোক দুর্বৃত্তিদিগেরহাত হইতে উদ্ধার পাইয়াছে?

জ্ঞা। হাঁ অনেক দৃষ্টান্ত জানি, তোমাকে মাত্র দুইটা ঘটনা উল্লেখ করিয়া বুঝাইয়া দিব।

অল্প দিন হইল যশহর জেলায় একটা ঘটনা ঘটে। সংবাদ পত্রে পাঠ করিয়া সকলেই আশ্চর্যান্বিত হইয়াছেন। কোন এক দুর্বৃত্ত এক গৃহস্থের যুবতী জ্ঞীকে ধর্ম্মভ্রষ্ট করিবার মানসে নানা উপায় অবলম্বন করে। কিন্তু কিছুতেই জ্ঞীলোকটির মন টলেনা। একদিন তাহার স্বামী ও অন্ত্রান্ত সকলে কার্য্যান্তরে গিয়াছিল, ঐ দৃষ্ট এই সুযোগে বউটিকে খালি বাড়ী পাইয়া তাহার প্রীতি অন্ত্রায় প্রস্তাব করে। বউটা তখন নিরুপায়, শূন্য বাড়ী, জোরে ঐ দৃষ্ট লোকের সহিত আটিয়া উঠিতে পারিবে না। ইহা জানিয়াও কিছু মাত্র ভীত হইল না। সে আপন সংসাহসে নির্ভর করিয়া এক বৃদ্ধি খাটাইয়া বলিল, আমি তোমার প্রস্তাবে রাজি আছি, কিন্তু একটু সবর কর, আমি ঘরের ভিতর হইতে আসিতেছি। সেই কথা বলিয়া সে ঘরের ভিতর হইতে এক দা আনিয়া ঘুরাইতে লাগিল, আর বলিল, আর দেখি তোকে

যমালয় দেই। কিন্তু ছুট্ট বুদ্ধিতে মন্ত সেই পাষণ্ড তাহাকে ভয় না করিয়া যেমন বউটাকে ধরিতে গেল, অমন বউটী সংহারকারিণী কালী মূর্তি ধারণ করিয়া হুস্মতির মাথা কাটিয়া ফেলিল। তাহাকে খুনি আসামী বলিয়া গ্রেপ্তার করা হইল। আদালতে বিচার হইল; নিম্ন আদালতে তাহার ফাঁসির হুকুম হয়, কিন্তু আপীলে সে নির্দোষী প্রমাণ হইয়া মুক্তি পাইল। জজগণ স্থির করিলেন যে, সতীত্ব রক্ষার জন্ত নরহত্যা করিলে কোন অপরাধ হয় না। তখন তাহার প্রশংসায় দেশ প্রাণিত হইল। ধন্য সাধবী রমণী!

তোমাকে আর একটা সংসাহসের পরিচয়ের দৃষ্টান্ত দিব।

উত্তর পশ্চিম অঞ্চলের কোন ভদ্র ঘরের একটা যুবতী জীলোক অল্প বয়স্ক একটা ছেলে কোলে করিয়া কোন আত্মীয়ের বাটীতে যাওয়ার জন্য রেলওয়ে ষ্টেশনে উপস্থিত হয়, জীলোকটী দেখিতে খুব সুন্দরী ছিল। রেলওয়ে ষ্টেশনের লোকগুলি প্রায়ই তর্কিত হইয়া থাকে। ষ্টেশন-মাষ্টারের চক্ষু ঐ সুন্দরী যুবতীর উপর পড়িল। ষ্টেশন-মাষ্টার নানা কোশলে ও ছলে ঐ জীলোকটীকে টিকিট দিল না। গাড়ী চলিয়া গেল, জীলোকটী নিকুপায়। নিকটে অন্য পরিচিত কোন স্থান নাই যে, তথায় যাইবে। ষ্টেশনের লোক তাহাকে বিশ্রামাগারে থাকিতে অহরোধ করিল। দিবা অবসান হইল, রাত্রি আসিল, জীলোকটী ভয়ে কাঁদিতে লাগিল, ঘরের দরজা বন্ধ করিয়া রহিল।

রাত্রি যখন অধিক হইয়াছে, তখন ষ্টেশন-মাষ্টার আসিয়া দরজায় ধাক্কা মারিল, এবং দরজা খুলিতে বলিল। জীলোক

কখনই দরজা খুলিবে না বলিয়া জেদ করিতে লাগিল, তখন ষ্টেশন-মাষ্টার নানা ভয় দেখাইতে লাগিল। জীলোকটী বিরক্ত হইয়া এক বুদ্ধি খাটাইল। সে অবশেষে দরজা খুলিয়া দিতে রাজি হইল। দরজা খুলিয়া দিলে যখন ষ্টেশন-মাষ্টার ঘরে প্রবেশ করিল, তখন বলিল, তুমি যখন এত আগ্রহ করিতেছ, তখন আমি সম্পূর্ণরূপেই তোমার হাতে, আমার পরিভ্রাণের পথ নাই। তুমি একটু ব'স, আমি পাইখানা হইতে আসি। ষ্টেশন-মাষ্টার উহার এই কথা শুনিয়া আফ্লাদে আটখানা হইয়া বলিল, বেশ কথা, তুমি যাও। জীলোকটী বাহিরে আসিয়া একটু দেরী করিয়া, বাহির হইতে ঘরের দরজাটী বন্ধ করিয়া দিল, বাহিরের শিকল আটকাইয়া টেঁচাইতে লাগিল। ষ্টেশন-মাষ্টার তখন পিঞ্জরাবদ্ধ পশুর মত গর্জিতে লাগিল, এবং ভয় দেখাইল যে, দা দারা তাহার সন্তানটীকে খণ্ড খণ্ড করিয়া ফেলিবে।

সে সতী জী, কিছুতেই ভয় করিল না, সে দৃঢ়প্রতিজ্ঞা করিল, যার ছেলের প্রাণ যাক, তবু আপনি কলঙ্কিত হইব না। ভিতরে বদ্ধ কাপুরুষের কি এমন সাহস হয় যে, তাহার ছেলের গায়ে আঘাত করে। ইতি মধ্যে নানা লোক ও পুলিশ আসিয়া উপস্থিত হইল, এবং দুর্কৃতকে গ্রেপ্তার করিল।

কেমন কাছ, এখন বুঝিলে, সংসাহস কাহাকে বলে, এবং কি করিয়া সংসাহস প্রকাশ করিতে হয়? দুর্কৃতদের ভয়ে অভিভূত হইয়া যদি জীলোক দুইটি আত্মহারা হইত, তাহা হইলে চিরকালের জন্য তাহাদের জীবন কলঙ্কিত হইয়া যাইত।

কাদ । মা, তোমার দৃষ্টান্তের ঘটনাগুলি শুনিয়া প্রাণ মন লিহরিয়া উঠিল । তোমার দৃষ্টান্তের প্রতি কথা আমার মনে গাঁথা রহিল । আমি কখনই এই কথাগুলি ভুলিব না ।

জ্ঞা । বোধ করি স্থূল ও প্রয়োজনীয় কথাগুলি বলা হইয়াছে । যাহা ২ বলিয়াছি, তাহা তোমার মনে আছে কি না, তাহা জিজ্ঞাসা করিব ।

কাদ । আচ্ছা কর ।

জ্ঞা । (১) বায়ুর সঙ্গে শরীরের কি সম্বন্ধ ?

কাদ । বিস্তৃত বায়ু দ্বারা শরীর সূস্থ থাকে এবং অবিস্তৃত বায়ু দ্বারা শরীর রুগ্ন হয় ।

জ্ঞা । (২) গ্যাস কাহাকে বলে ? কোন গ্যাস অনিষ্টকর ?

কাদ । বাষ্পাকারে তরল দ্রব্যকে গ্যাস বলে । ম্যালেরিয়া নামক গ্যাস ও অন্যান্য গলিত বস্তু হইতে উৎথিত গ্যাস অনিষ্টকরক ।

জ্ঞা । (৩) মশা কয় প্রকার ? মশা দ্বারা আমাদের কি অপকার হয় ? মশা নিপাতের উপায় কি ? কোন্ প্রকার মশা অনিষ্টকরক ?

কাদ । মশা প্রধানতঃ দুই প্রকার । মশা দ্বারা ম্যালেরিয়ার কীটাত্ম রোগীর শরীর হইতে সূস্থ শরীরে প্রবেশ করিয়া সূস্থ ব্যক্তিকে ম্যালেরিয়া রোগাক্রান্ত করে । নিকটবর্তী স্থানে বন্ধ জল না থাকিলে মশা উৎপন্ন হইতে পারে না । আবার বন্ধ জলের উপর কেয়সিন তৈল ঢালিয়া দিলে, মশা উৎপন্ন হইতে পারে না । এনোফেলস জাতীয় মশা আমাদের অনিষ্ট করে ।

জ্ঞা। ঠিক কথা।

(৪) ম্যালেরিয়া দ্বারা কি অনিষ্ট হয় ?

কাদ। ম্যালেরিয়া দ্বারা জ্বর হয়, প্লীহা ও যকৃত বৃদ্ধি হয় এবং ইহা দ্বারা লোকেৰ প্রাণ নাশ হইতে পারে।

জ্ঞা। (৫) শারীরিক স্বাস্থ্য কিরূপে রক্ষা করিবে ?

কাদ। প্রত্যুষে গাত্রোত্থান করিব। হাত মুখ ধুইয়া গৃহকার্য্যে মনযোগ দিব। বাড়ী ঘর ছাপ ছাপাই আছে কি না, দেখিব। মল মূত্রের গন্ধ থাকিলে তাহার প্রতিকার করিব। গৃহকার্য্য নিজে যাহার করিতে না হয়, তাহার অঙ্গ চালনা দ্বারা শারীরিক পরিশ্রম করা উচিত।

জ্ঞা। (৬) স্ত্রী-জীবনের প্রথম ভাগে কি কি শিক্ষা করা উচিত ?

কাদ। সে ত অনেক কথা বলিয়াছ মা, বোধ করি সব কথা বলিতে পারিব না। যাহা হউক, যতদূর পারি বলি।

(১) গুরুজনের প্রতি ভক্তি করিতে শিক্ষা করিব।

(২) কু-চরিত্র বালক বালিকাগণের সঙ্গে কখনও মিশিব না।

(৩) কেহ উপকার করিলে তাহার প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করিব।

(৪) আপনার ভাই ভগ্নিদিককে ভালবাসিতে শিক্ষা করিব।

(৫) লেখা পড়া শিক্ষা করিব এবং নানা প্রয়োজনীয় গৃহস্থালীর কার্য্য শিক্ষা করিব।

(৬) জল বায়ুর দোষগুণ এবং খাদ্য দ্রব্যের উপকারিতা ও অপকারিতার বিষয় শিক্ষা করিব।

• (৭) সর্বদা সত্য কথা বলিব ।

(৮) কোন অপরাধ করিলে মিথ্যা কথা দ্বারা তাহা ছাপাইতে চেষ্টা করিব না ।

(৯) রক্ষন কার্য্য শিক্ষা করিব ।

(১০) সর্বদা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকিতে চেষ্টা করিব ।

আরো অনেক আছে, সকল কথা ভাল করিয়া মনে নাই ।

জ্ঞা । আচ্ছা সুধীর, বলত তোমার কিছু মনে আছে কি না ?

সু । (১১) প্রতিবাসীর বাড়ীতে কোন কাজ কর্ম্ম হইলে তাহা মনযোগ দিয়া করা উচিত ।

(১২) কাহারো প্রতি কটু কথা বা অশ্লীল কথা বলা উচিত নয় ।

(১৩) সর্বদা আশ্র-সুখে রত থাকা উচিত নয় ।

জ্ঞা । বেশ, মোটামোটা যাহা বলিয়াছ, তাহাই যথেষ্ট । এই সকল মনে রাখিয়া কার্য্য করিতে পারিলেই ভাল ।

আচ্ছা জ্ঞী-জীবনের দ্বিতীয় ভাগে কি কি কর্তব্য বল দেখি ?  
কাদ । (১) শৃঙ্গুর খাণ্ডুড়ীগণকে ভক্তি করিতে হইবে ।

• (২) ভাস্কর ও দেবরদিগকে ভক্তি ও যত্ন করিতে হইবে ।

(৩) চাকর চাকরাণীগণকে ভালবাসিতে, তাহাদের সঙ্গে মিশ্র কথা বলিতে ও সদ্ব্যবহার করিতে হইবে ।

(৪) মিতব্যয়ী হইতে চেষ্টা করিতে হইবে ।

(৫) সংসাহসের পরিচয় দিবার সময় উপস্থিত হইলে তাহা দেখাইতে ভীত হওয়া উচিত নয় ।

(৬) সর্বদা সহিষ্ণুতা দেখাইতে হইবে ।

আমি মনে নাই না ।

জা। কেন কাদাশ্বিনী তুমি দ্বিতীয় জীবনের এক সর্ব প্রয়োজনীয় কথা স্মরণ রাখিতে ভুলিয়াছ ?

কাদ। (ঈষৎ হাসিয়া) না মা, আর নাই।

সু। মা, স্বামীর প্রতি ভক্তি ও ভালবাসা দেখাইতে হয়, তাহা কাহু বলে নাই।

জা। হাঁ, তাহা আমি বুঝেছি, কাহুর বুঝি সে কথা বলিতে লজ্জা বোধ হইয়াছে। সুধীর ত বেশ মনে রেখেছ।

আমি বোধ করি আজকার মত ক্ষান্ত দিলেই ভাল হয়।

কাদ। মা, জীবন-জীবনের তৃতীয় ভাগে কি কি করা উচিত, তাহা তুমি বলিতে ভুলিয়াছ।

জা। হাঁ কাদাশ্বিনী, নানা কথায় কথায় সে কথা বলিতে ভুল হইয়াছ। কিন্তু জীবন-জীবনের তৃতীয় ভাগে আরু বেশী কিছু বলিবার নাই। দুই একটা কথা বলা প্রয়োজন।

তুমি যখন প্রাচীন দলের মধ্যে ভুক্ত হইবে, তোমার পুত্রবধু-দিগের সঙ্গে ভাল ব্যবহার করিবে। তাহাদিগকে সর্বদা সু-শিক্ষা দিবে। কেহ কোন অনিয়ম করিলে বা অনিষ্ট করিলে, তাহাদিগকে মিষ্ট ভাষায় শাসন করিবে। তাহাদিগের মা, বাপ ও ভাই তুলিয়া কখনও গালি দিবে না। তোমার নিকট তাহাদের পদে পদে দোষ হওয়ার সম্ভাবনা। সেই জন্ত প্রতি দোষের কথা পুরুষগণের কাণে দিয়া তাহাকে সকলের বিরাগ-ভাজন করিবে না। তুমি সর্বদা তাহাদের সঙ্গে ঝগড়া করিলে তোমাকে কেহ মাঝ করিবে না।

পুত্রবধু ও কন্যাদিগকে সমভাবে দেখিবে, তাহাদের আহারের বিষয়ে বহু করিবে। তুমি তাহাদের প্রতি কু-ব্যবহার করিলে,

তোমায় শেষকালে বা অসময়ে তাহারা তোমার কু-ব্যবহারের প্রতিশোধ লইবে। তোমার পুত্র-কন্যা ও পুত্রবধূগণ ক্রমে বড় হইয়া গৃহস্থালীর ভার লইবার উপযুক্ত হইলে, তুমি অবসর গ্রহণ করিবে এবং সর্বদা ধর্ম কার্য্যে দিন কাটাইতে চেষ্টা করিবে। এই সকল যদি করিতে পার, তবে তোমার জীবন সার্থক হইবে।

কাদ। হাঁ মা, শেষের কথা কয়েকটা বড় প্রয়োজনীয়। বিশেষ করিয়া মনে রাখিব।

## ৬ষ্ঠ অধ্যায় ।

(স্ত্রী জীবনের বিশেষ প্রয়োজনীয় কয়েকটা কথা, গর্ভিনীর চিকিৎসা এবং শিশু পালন ও চিকিৎসা। মাতা জ্ঞানবালী ও কন্যা কাদম্বিনীর কথোপকথন।)

জ্ঞা। কাদম্বিনী, আজ আরো গুটী কতক কথা তোমাকে বলিয়া রাখিব, তাহা পরিণামে বড় কাজে লাগিবে।

কাদ। এত দিন যাবত কত বলিতেছ, তবু তোমার প্রয়োজনীয় কথা ফুরায় না। এত কি আর মনে রাখা যায়? কি বলবে বল দেখি।

জ্ঞা। কেন কাদ! তুমি বুঝি চটলে? শিক্ষার কি অন্ত আছে? আমার যত কথা বলিবার ছিল, তাহার চারি ভাগের এক ভাগও বলি নাই। সকল কথা সংক্ষেপে সারিয়াছি। আর যাহা কিছু বলিবার আছে, তাহা যদি না বলি, তবে আমার



সন্তান-শিক্ষা অঙ্গহীন রহিবে। তাই বলি, কথা গুলি মনে রেখ।

জ্ঞা। দেখ জ্ঞী জীবনে বড়ই এক সঙ্কটাপন্ন কাল আছে, তাহা গর্ভ ধারণ কাল হইতে সন্তান প্রসব ও তৎপরবর্তী প্রায় এক মাস কাল পর্য্যন্ত।

কাদ। কেন, এ কালে সঙ্কট কি ? কত লোক দেখি, কাহারো কোন সঙ্কট ত দেখি না।

জ্ঞা। তাহিত, তুমি এখন ছেলে মানুষ আর বুঝবে কি, বাহারি সঙ্কটে পড়ে, তাহারাই বোঝে।

জ্ঞা। প্রধানতঃ তিনটী কারণে গর্ভাবস্থাকে সঙ্কট মনে করা হয়।

১। গর্ভাবস্থায় নানা প্রকার রোগ উৎপন্ন হইতে দেখা যায়।

২। প্রসব কালে অনেকের জীবন সংশয় হয়।

৩। প্রসবাস্ত্রে নানা দূরারোগ্য কুৎসিৎ ব্যাধি জন্মিতে পারে।

কাদ। গর্ভাবস্থায় কি কি পীড়া হয় ?

জ্ঞা। গর্ভাবস্থায় প্রাতঃকালে বমন, অজীর্ণ, মুখ দিয়া জল উঠা, কোষ্ঠ বন্ধ, মুত্রকৃচ্ছ, হিষ্টিরিয়া, শোথ রোগ প্রভৃতি হইয়া থাকে। কাহারো কাহারো বায়ু রোগ হইয়া থাকে।

কাদ। প্রসব কালে কি সঙ্কট ?

জ্ঞা। কেহ কেহ প্রসব হইলে অনেক কষ্ট পায়। কাহারো বা প্রাণ সংশয় হয়। কেহ বা প্রসব না হওয়ার মৃত্যু মুখে পতিত হয়। আবার কেহ বা প্রাণে বাঁচিয়াও জীবমৃত হইয়া থাকে। ইত্যাদি।

• কাদ । কৈ, মা তুমি যে রকম বললে, তাহাত প্রায়ই দেখা যায় না, সে দিন ঘোষেদের বউয়ের ছেলে হ'ল, তাহা কেহ জানতেও পারল না ।

জ্ঞা । সকলেরই যে ঐ রকম হয়, তাহা আমি বলি নাই । সকলের ঐ প্রকার হ'লে কি আর সৃষ্টি চলিতে পারে ? তবে অনেকে ঐ দশা হইয়া থাকে ।

কাদ । মা, সকলেই এক জ্বীলোক, কাহারো বা সহজে হয় কেন, কাহারো বা অত্যন্ত কষ্ট পেতে হয় কেন ? আবার কেহ বা মৃত্যুমুখে পড়ে কেন ?

জ্ঞান । তুমি যেমন ছেলে মানুষ, সেই প্রকার জিজ্ঞাসা করিয়াছ । আজ্ঞা তাহার উত্তর আমি দিতেছি ।

প্রথমতঃ দেখ, সকল লোক এক প্রকার নহে । আমি বোধ করি—পৃথিবীতে যত জন লোক, তত আকৃতির ও প্রকৃতির । তাহাদের আয়তন, শরীরের গঠন, মনের ভাব স্বভাব প্রকার । যে জ্বীলোকের বস্তি-কোটরের আয়তন সূক্ষ্ম ও সম্পূর্ণ স্বাভাবিক, এবং যাহার গর্ভস্থ সন্তান স্বাভাবিক আয়তনের ও নিয়মিত অবস্থায় থাকে, তাহার প্রসব হ'তে বড় কষ্ট হয় না । কাহারো কাহারো এমনও দেখা যায় যে, সামান্য একটু বেদনা হওয়া মাত্রই অক্লেপে প্রসব হয় । অনেকে সেরে ঘরেও যেতে পারে না এবং কোন ধাইকেও ডাকতে হয় না । যাহার ইহার কিছু মাত্র ব্যতিক্রম হয়, অর্থাৎ বস্তি-কোটরের আয়তন অনুসারে সন্তানের আয়তন বড় হয়, জরায়ুর মুখ না খোলে, কিম্বা ছেলের নাড়ী গলায় জড়াইয়া থাকে বা নিম্ন দিকে থাকে, অথবা ছেলে এড়ো ভাবে থাকে, তাহা হলে প্রসব হতে পোয়াতির

বড়ই কষ্ট হয়। কিন্তু ইহাতে প্রসরের ব্যাধিাত হয় না। বাহীর বস্তি-কোটরের অস্থি বক্র বা বিকৃত, অথবা বস্তি-কোটরের অর্ধদু খাকিলে, প্রসব-দ্বারের সংকীর্ণতা থাকিলে, জরায়ুর বাহিরে গর্ভসঞ্চার হইলে, প্রসব হওয়া অসম্ভব হইয়া উঠে। প্রসব হইতে না পারিয়া স্ত্রীলোকটি মারা যায়।

কাদ। বস্তি-কোটর কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। তলপেটের নিম্নাংশকে বস্তি-কোটর বলে, তুমি মোটামুটি এই কথাটি মনে রেখ। বস্তি-কোটরের বিবরণ নিশ্চয় জানিবার দরকার নাই। পাছার বা নিতম্বের হাড়ের দ্বারা বস্তি-কোটর প্রস্তুত হয়।

কাদ। জরায়ু কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। যে থলীর মধ্যে সন্তান থাকে, তাহাকে জরায়ু বলে।

কাদ। জরায়ুর মুখ কাহারো সহজে খোলে, কাহারো কষ্টে খোলে, তাহার কারণ কি ?

জ্ঞা। শারীরিক কোন কোন অবস্থার ব্যতিক্রম ঘটিলে ঐ রকম ঘটে।

কাদ। জরায়ুর বাহিরে গর্ভসঞ্চারের কারণ-কি ? কি প্রকারেই বা ঘটে ?

জ্ঞা। একধার উত্তর আমি তোমাকে দিব না, তুমি—এই মাত্র এই কথাটি মনে রাখিবে যে, জরায়ুর বাহিরেও গর্ভসঞ্চার হইতে পারে ?

কাদ। প্রসবকালে আবার সঙ্কট কি ?

জ্ঞা। প্রসবকালে সঙ্কট আছে—তাহা প্রায়ই আনাড়ী খাইয়ের দোষে হয়।

• কাদ । যে কি ?

জ্ঞা । আ-নাড়ী ধাই হয়ত ছেলে কি অবস্থায় জরায়ুর মধ্যে থাকে, তাহা না বুঝিয়া বা জানিয়া, জোরে টানিয়া ছেলে প্রসব করাইতে চেষ্টা করে । তাহাতে কখন২ হয়ত জরায়ুর বা সন্তানের নাড়ী বাহির হইয়া পড়ে, কখন বা প্রসব-দ্বার এমন ভাবে ছিন্ন বিচ্ছিন্ন হয়, অর্থাৎ আর এ জন্মে সারে না । যাহাদের প্রসবকালে এই প্রকার দুর্ঘটনা ঘটিয়াছে, তাহাদের জীবনমু্য সমান । তাহারা কতই শারীরিক ও মানসিক কষ্ট পায়, তাহা বলা যায় না ! ইহা ভিন্ন আর কত ছোট খাট বিপদ ঘটে, তাহা বলা যায় না ।

কাদ । মা, বুঝিলাম, প্রসবকাল কি ভয়ানক প্রসবাস্তে কি কি দুর্ঘটনা ঘটে ?

জ্ঞান । কাহারো২ ভয়ানক রক্তস্রাব হইয়া হঠাৎ মৃত্যু হওয়ার সম্ভাবনা হইয়া উঠে, আবার কাহারো কাহারো ফুল আটকিয়া গিয়া নানা দুর্গতি হয় । অনেকের কু-চিকিৎসার দোষে নানা প্রকার কুৎসিত ব্যাধি জন্মিতে পারে । কাহারও মূচ্ছা, মৃগী, হিষ্টিরিয়া প্রভৃতি রোগ হইতে দেখা যায় । সচরাচর প্রায়ই উদরাময়, আমাশয়, অর, স্তনে ব্রণ প্রভৃতি রোগ ভোগ করে, ইত্যাদি । কাদম্বিনী এখন বুঝলে, স্ত্রীলোকের জীবনে কি সঙ্কট ?

কাদ । মা, এ সকল কথা শুনে বড় ভয় হয়, পরমেশ্বর জীলোকদিগকে কেন এত কষ্টের ভাগিনী করিয়া ত্যাগ করিয়াছেন ?

জ্ঞা । তাহার উদ্দেশ্য তিনিই জানেন, অবশ্যই ইহার কোন গুঢ় কারণ আছে ।

কা। গর্ভাবস্থায় বিপদের কথা কতক' বুঝিতে পারিলাম।  
কিন্তু কি করিয়া প্রসব করাইতে হয়, তাহা বল।

জ্ঞা। কাহ্ন—যে কথা তোমাকে বলি তুমি বুঝিবে না,,  
এবং তাহা এখন তোমার কোন কার্যে ও আসিবে না, যখন  
তোমার উপযুক্ত সময় হবে, তখন তুমি যত্ন বাবুর ধাত্রী  
শিক্ষা থানা বেশ করিয়া পড়িলে সকল প্রয়োজনীয় কথা  
জানিতে পারিবে। আর সে সমস্ত কথা তোমাকে বলিতে  
গেলে আর একখানি পুস্তকের আয়তন বৃদ্ধি হইবে। তোমাকে  
সংক্ষেপে ছ' চার কথা বলিবার জন্যই এই কথা উল্লেখ করি-  
য়াছি। নচেৎ ইহা বলিতাম না।

কাদ। মা, তবে কি তোমার কথা এই পর্য্যন্ত শেষ হ'ল।

জ্ঞা। না, আরো কিছু বলিবার আছে।

কাদ। কি ?

জ্ঞা। গর্ভাবস্থায় কি নিয়মে চলিতে হয়, এবং কি নিয়মে  
সন্তান পালন করিতে হয়, সেই সম্বন্ধে ছ' চার কথা সংক্ষেপে  
বলিব।

জ্ঞা। গর্ভাবস্থায় অতি সাবধানে ও নিয়ম মত খাণ্ডা  
দরকার।

কা। কি প্রকার সাবধানে ও নিয়ম মত খাণ্ডিতে হইবে ?

জ্ঞা। পূর্বে শারীরিক স্বাস্থ্য রক্ষার কথা বলিয়াছি। সেই  
নিয়ম গর্ভস্থ অবস্থায় বিশেষ ভাবে পালন করা উচিত।

কাদ। কেন ?

জ্ঞা। তাহার কারণ এই যে, নিজের শরীর সুস্থ  
থাকিলে গর্ভস্থ শিশুর শরীরও ভাল থাকে। নিজে পীড়িত

হইলৈ শিশুটীও গাঁড়িত হয় । কারণ মায়ের রক্তে সন্তান প্রতিপালিত হয় ।

কাদ । মায়ের শরীর অসুস্থ থাকিলে যে গর্ভস্থ শিশুর শরীর রোগা হয়, তাহার প্রমাণ কি ?

জ্ঞা । তাহার প্রমাণ এই দেখা যায়, যে প্রসূতি গর্ভাবস্থায় বহুদিন যাবৎ নানা রোগ ভোগ করে, তাহার সন্তান হয়তঃ গর্ভেই নষ্ট হইয়া যায়, কখনও মৃত সন্তান ভূমিষ্ট হয়, আবার কখনও দুর্বল কুশ জীবিত সন্তান প্রসব হয়, কিন্তু তাহাও কিছু দিন পরে মৃত্যুমুখে পতিত হয় । তোমরা এই কয়েকটা কথা বেশ মনে রাখিবে, যখনই দেখিবে যে, কোন জ্বীলোকের পুনঃ পুনঃ গর্ভপাত হয়, বা মৃত সন্তান প্রসূত হয়, অথবা ক্ষীণ, কুশ, দুর্বল সন্তান হয়, কিম্বা নব প্রসূত ছেলেটির নাকের মধ্যে বা গুহ্বারে ঘা, তাহার গায়ের চামড়া ঢিলা, মাথার চুল পাতলা, দোঁথিতে পাও, তখনই মনে করিবে যে, ঐ ছেলেটির মা বাপের কোন গুরুতর ব্যাধি থাকার সম্ভব । তাহার মধ্যে গরমী প্রভৃতি ব্যাধির জন্মই সন্তানের পরিণাম ঐ প্রকার ঘটে । অনেক সময় দেখা যায়, পিতা মাতার কুষ্ঠ, বক্ষা কাশ, হাঁপি কাশ, গণ্ডমালা প্রভৃতি রোগ থাকিলে তাহাদের সন্তানদিগেরও ঐ ব্যাধি হইতে দেখা যায় । সেইজন্ম বলি, গর্ভাবস্থায় কোন রোগ থাকিলে, যত পূরক ও সাবধানে তাহার চিকিৎসা করা উচিত, ওষধ রীতিমত সেবন করা উচিত । পুষ্টিকর খাদ্য খাইবে । যুক্ত বায়ুতে অঙ্গ চালনা করিবে । কোন প্রকার মানসিক কষ্ট বাহাতে না থাকে, তাহার চেষ্টা করিবে । কারণ মনের সঙ্গে শরীরের বড় ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধ । অনিয়মিত সময়ে ও অপরিমাণে

আহার নিজে পরিভ্যাগ করিবে। উচ্চ নীচু হইতে ওঠা নামা খুব সাবধানে করিবে, কোন প্রকার লম্প কাম্প দিবে না। নিয়মিত রূপে পরিশ্রম করিলে জ্বর ছেলে হয় এবং সহজে প্রসব হয়। এখন বুঝলে কাছ, পোয়াতির রোগ হইলে ছেলের রোগ হয় কিনা ?

কাদ। হাঁ বুঝলুম। মা তুমি বলিলে যে, গর্ভাবস্থায় রোগ হইলে পোয়াতিকে ঔষধ খাওয়াইবে। আমাদের দেশের অধিকাংশ লোকই পোয়াতিকে ঔষধ খাওয়াইতে দিতে চায় না। তাহার কারণ কি ?

জ্ঞা। তাহার অস্ত্র কোন কারণ নাই, কুসংস্কার ও অজ্ঞতাই ইহার কারণ।

কাদ। কবিরাজেরাও কি অজ্ঞ ?

জ্ঞা। অন্ততঃ এবিষয়ে তা।

কাদ। কেন এবিষয়ে প্রাচীন কবিরাজি শাস্ত্রে কি কোন ব্যবস্থা নাই ?

জ্ঞা। বলিতে পারি না, ব্যবস্থা থাকিলেও থাকিতে পারে, কিন্তু বর্তমান সময়ে তাহার চর্চা বড়ই কম। একথা সত্য যে, আজ কাল বড় বড় সহরে ছুই চারি জন কবিরাজ প্রাচীন গ্রন্থাদি নিয়মিতরূপে পড়িয়া চিকিৎসা শাস্ত্রে যশঃ লাভ করিয়াছেন। কেহ বা ডাক্তারি শিক্ষা করিয়া পুনরায় কবিরাজি শিক্ষা করত ছুই শাস্ত্রের মিলিত চিকিৎসা দ্বারায় নাম জাঁকাইয়াছেন, কিন্তু ধরিতে গেলে লোক সংখ্যা ও রোগীর তুলনায় তাহাদের সংখ্যা নগণ্য। কারণ মফঃস্বলে অশিক্ষিত ও হাতুড়ে কবিরাজের সংখ্যাই অত্যন্ত অধিক। চিকিৎসা শাস্ত্রের কোন বা

বাপি নাই। যুহার ঐসী ছচার দশটা ব্যবস্থা মুখস্থ করিয়া পাঁচ সাতটা মুষ্টিযোগ শিক্ষা করিয়াই কবিরাজ বলিয়া পরিচয় দেয়। এই সকল লোক সাক্ষাৎ সমস্বরূপ। কত গরীব ও মুখ লোক এই সকল জন্মের হাতে নিহত হয়, তাহা বলা যায় না। দেখ আজ কত শত বৎসর হইল নিদান, ক্ষুধ্রত ও চরক প্রভৃতি চিকিৎসা-শাস্ত্র সঙ্কলিত হইয়াছে। কত যুগ যুগান্তর চলিয়া গেল, কিন্তু সেই গ্রন্থ সকল আজও অদ্রাস্ত বলিয়া লোকের অটল বিশ্বাস। তাহার কোন অংশ সংশোধিত ও পরিবর্তিত করিবার ক্রমতা কাহারো হইল না। ইহার দুই কারণ আছে। প্রথম কারণ, লোকের জড়তা ও উদ্যমশিলতার অভাব। দ্বিতীয় কারণ, কুসংস্কার। কেবল কুসংস্কারের দোষে দেশ মাটি হইল।

কাদ। কুসংস্কার কেন?

জ্ঞা। কুসংস্কার কেন বলি? লোকে বিশ্বাস করে, প্রাচীন শাস্ত্রকর্তার যাঁহা করিয়া গিয়াছেন, তাঁহা অদ্রাস্ত ও অখণ্ড-নীয়। এই ভুল বশতই দেশের সমস্ত উন্নতির মূলে ছাই পড়িয়াছে। দেখ, যে সময় নিদান প্রভৃতি শাস্ত্র সঙ্কলিত হইয়াছিল, তখন বোধ করি, ইংরেজ জাতির নাম গন্ধও ছিল না। ইংরেজ জাতির উৎপত্তি, বিস্তৃতি ও প্রতিপত্তি অল্প কয়েক শতাব্দীর মধ্যেই হইয়াছে। এই অল্প সময়ের মধ্যে এই জাতি নিজ বুদ্ধি, বিদ্যা, উদ্যম ও উৎসাহ গুণে আজ জগতে এক অদ্বিতীয় জাতিরূপে পরিণত হইয়াছে। ইংরেজ জাতি যদি আমাদের ত্যায় কুসংস্কারাপন্ন হইত, তাহা হইলে কি আমরা ডাক্তারী চিকিৎসা-শাস্ত্রের এত আশ্চর্য্য আশ্চর্য্য বিষয় চক্ষে দেখিতে পাইতাম?



শাস্ত্রী-বিদ্যা ও অজ্ঞ-চিকিৎসার আমাদের কবিরাজেরা একে-  
 বারেই অজ্ঞ । আমাদের কবিরাজেরা কুসংস্কারপন্ন না হইলে,  
 আজ দুই শত বৎসরের উপর হইল, ইংরেজ এদেশে আসিয়াছেন,  
 এই সময়ের মধ্যে বিদেশী চিকিৎসা-শাস্ত্রে বাহা বাহা উৎকৃষ্ট,  
 তাহা গ্রহণ করিয়া আপন শাস্ত্রের কলেবর বৃদ্ধি করিতে পারি-  
 তেন । তাহা হইলে দেশের এক বিশেষ অভাব দূর হইত ।  
 কোন ঔষধের প্রকৃত গুণ ভাল করিয়া না জানার জন্যই কবি-  
 রাজেরা গর্ত্ত্বীগীকে কোন ঔষধ খাওয়াইতে সাহস পায় না ।  
 ফলতঃ গর্ভাবস্থায় ঔষধ খাওয়ানও বড় সোজা ব্যাপার নহে ।  
 গর্ত্ত্বীগীকে ডাক্তারেরা অতি সাবধানে ও অতি অল্প মাত্রায় ঔষধ  
 ব্যবহার করিয়া থাকেন । এত সাবধান হইলেও কোন কোন  
 অজ্ঞ ডাক্তারের হাতে সময় সময় অনিষ্টও হইয়া থাকে ।  
 একথা সত্য, বিজ্ঞ কবিরাজের হাতে অনেক দুরারোগ্য ব্যাধি  
 আরাম হয় । কবিরাজদের তৈলযুক্ত ঔষধগুলি খুব ভাল ।

কাদ । কেন, অজ্ঞ কোন ঔষধ কি ভাল নহে ?

জ্ঞা । রীতিমত প্রস্তুত করিতে পারিলে আরো অনেক ভাল  
 ঔষধ হয়, কিন্তু দুর্ভাগ্য বশতঃ অনেক কবিরাজ ব্যবস্থামুখ্য  
 ঔষধ সকল নিয়মিতরূপে প্রস্তুত করিতে পারে না ।

### গর্ত্ত্বীগীর চিকিৎসা ।

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় প্রায় সচরাচরই কোষ্ঠবদ্ধ থাকে । গর্ভা-  
 বস্থায় কোন প্রকার উগ্র জোলাপ দেওয়া কর্তব্য নহে ।

কাদ । উগ্র জোলাপ কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । উগ্র জোলাপ তাহাকে বলে, যাহা ঝাইলে ভয়ানক ভেদ হয়, পেটবেদনা হয়, এবং যাহা দ্বারা রোগী কাতর হয় ।

কাদ । উগ্র জোলাপ দিলে কি হয় ?

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় উগ্র জোলাপ দিলে গর্ভশ্রাব হইতে পারে ।

কাদ । তবে কোষ্টবদ্ধ হইলে কি করিবে ?

জ্ঞা । কোষ্ট বদ্ধ হইলে যদি সহজে কোষ্ট পরিষ্কার না হয়, তবে পাকা পেপে পোয়াত্তিকে ঝাইতে দিবে । পাকা পেপে ঝাইলে বেশ কোষ্ট পরিষ্কার হয় ।

কাদ । তাহাতে যদি না হয়, তবে কি করিবে ?

জ্ঞা । কিছু গরম দুধ ঝাইতে দিলেও অনেক সময় কোষ্ট পরিষ্কার হয় ।

কাদ । তাহাতেও যদি না হয় ?

জ্ঞা । তাহাতে না হইলে, আর এক উপায় আছে । আধ সের কি তিন পোয়া জলে ভাল সাবান গুলিয়া এবং তাহার সঙ্গে তোলা দুই রৈড়ীর তেল মিলাইয়া পিচকারী করিলে প্রায় তৎক্ষণাত্ বাহ্যে হইতে পারে । এ ব্যবস্থা সর্ব প্রকারে নিরাপদ ও সহজ ।

কাদ । কি প্রকার পিচকারী ব্যবহার করা যাইতে পারে ?

জ্ঞা । রবারের এক প্রকার পিচকারী আছে, তাহাই সর্বোৎকৃষ্ট । এই প্রকার পিচকারী এক একটি প্রত্যেক ঘরেই রাখা উচিত । ইহার দামও বেশী নহে । দুই টাকা আড়াই টাকা হইলেই ইহার একটা পাওয়া যায় । ইহা

যে কেবল কোষ্ট পরিষ্কার করিবার জন্যই দরকার হয়, তাহা নহে, জীলোকের অন্তান্ত কোন ২ পীড়ায়ও বিশেষ প্রয়োজন লাগে ।

কাদ । যে স্থানে ঐ প্রকার পিচকারী পাওয়া না যায়, সে স্থানে কি করিবে ?

জ্ঞা । সে স্থানে বড় কোন কাচের পিচকারী ব্যবহার করা যাইতে পারে । তাহাও না পাইলে, কোন ডাক্তারখানার সাহায্য লইবে ।

কাদ । কাচের পিচকারিতে আর কতটুকু জল ধরে ? তাহাতে বড়ই অসুবিধা হইবে ।

জ্ঞা । হাঁ তাহাতে অসুবিধা হয় বয় কি ? তবে তোমাকে আর একটা কথা বলিয়া রাখি, বেশ মনে রাখিবে, ছোট একটা কাচের পিচকারীর মধ্যে দেড় কি দুই তোলা গ্লিসিরিন পুরিয়া তাহা পিচকারী রূপে ব্যবহার করিলে তৎক্ষণাৎ কোষ্ট পরিষ্কার হয় । এই ঔষধের এইরূপ ব্যবহার নূতন আবিষ্কার হইয়াছে । ইহাতে কোন কষ্ট হয় না । রোগী কিছুমাত্র টের পায় না । জল দ্বারা পিচকারী করার এক দোষ আছে । রোগীর অবস্থান-সারে কখন কখন জল নির্গত হয় না । তাহাতে কতকটা অসুবিধা হয় ।

কাদ । মা শেষের এই ঔষধটা ত বড় ভাল, গ্লিসিরিন কোথায় পাওয়া যায় ? তাহা দেখিতে কেমন ?

জ্ঞা । গ্লিসিরিন বর্ণহীন তরল দ্রব্য, প্রায় মধুর মত কতকটা মিঠা, এবং ইহা সকল ডাক্তারখানাতে ও বড় বড় দোকানে পাওয়া যায় । এ সকল না পাওয়া গেলে, অল্প মাত্রায় অর্থাৎ ১১ কি ২ তোলা রেডীর তেল খাইতে দিতে পারা যায় ।

কাদ । তাহার পর ?

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় প্রস্রাব অতি কম হয় । প্রস্রাব নিয়মিত রূপ না হওয়ায় অনেকের অসুখ হয় ।

কাদ । গর্ভাবস্থায় প্রস্রাব বেশী হওয়ার জন্ত কি উপায় অবলম্বন করিবে ?

জ্ঞা । যদি নিত্যন্ত অসুখ হয়, তাহা হইলে দুধের সহিত জল মিশাইয়া চিনির সঙ্গে সরবত করিয়া পান করিলে, বেশ খোলসা প্রস্রাব হয় ?

কাদ । তাহাতেও যদি প্রস্রাব না হয় ?

জ্ঞা । তাহা হইলে, দুই তিন রতি পরিমাণে সোরা আধ ছটাক জলের সহিত মিশাইয়া দিনে দুই তিন বার খাইলে বেশ প্রস্রাব হইতে পারে । তাহাতে না হইলে, ডাক্তারের সাহায্য গ্রহণ করিবে ।

কাদ । তারপর ?

জ্ঞা । তাহার পর, জরের চিকিৎসা । গর্ভাবস্থায় সামান্য জ্বর হইলে তাহার কোন চিকিৎসা না করিয়া বরং স্বভাবের উপর নির্ভর করাই ভাল, কিন্তু খুব বেশী জ্বর হইলে সাবধান হওয়া উচিত । কারণ গর্ভাবস্থায় শক্ত জ্বর হইলে গর্ভপ্রস্রাব হওয়ার সম্ভাবনা হয় । সবিরাম জরে অল্প মাত্রায় কুইনাইন দিনে দুই তিন বার দিলে সহজেই আরাম হইয়া যায় ।

কাদ । সবিরাম জ্বর কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । যে জ্বর বিচ্ছেদ হইয়া গা ঠাণ্ডা হইয়া পুনরায় আইসে, সেই জ্বরকে সবিরাম জ্বর বলে । আর যে জ্বর মোটেই বিচ্ছেদ হয় না, তাহাকে অবিরাম জ্বর বলে । এই অবিরাম জরে নানা

উপসর্গ হইলেই তাহাকে জরবিকার বলে। 'অতএব উপসর্গ-যুক্ত অবিরাম জর হইলেই বিলম্ব না করিয়া ডাক্তার বা ভাল কবিরাজ ডাকা দরকার।

কাদ। মা, তুমি গর্ভিণীকে কুইনাইন খাওয়াইতে বলিলে, কিন্তু কুইনাইনের অনেক দোষ, কুইনাইন খাইলে জর আটকাইয়া যায়। খাত খারাপ হয়, এবং কুইনাইনের খাতুতে অল্প কোন ঔষধ বড় ধরে না, ইত্যাদি। ইহা কি সত্য ?

জ্ঞা। এ সমস্তই মিথ্যা কথা। আমাদের দেশে কতকগুলি কুইনাইন-বিষেয়ী লোক আছে, তাঁহারা এই সকল ছন্দাম রটায়। ফলতঃ কুইনাইনের মত জরের অব্যর্থ দ্বিতীয় ঔষধ আর নাই। কুইনাইনের অনেকগুলি মহৎ গুণ আছে। লোকে তাহা না বুঝিতে পারিয়া, বা কুইনাইনের ব্যবহার না জানিয়া, এই সকল ভ্রমে পতিত হয়।

কাদ। কুইনাইনের গুণ কি ?

জ্ঞা। কুইনাইন বলকারক, পর্যায়-নিবারক, পচন-নিবারক, ম্যালেরিয়ার বিষ-নাশক।

কাদ। পর্যায়-নিবারক কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। পর্যায় অর্থ পালা, অর্থাৎ যে-ব্যাপ্তির আক্রমণ দিনে একবার বা দুইবার, বা এক এক দিন বাদে বা দুই দিন পরে একবার আইসে, তাহাকে পালা বা পর্যায় বলে। কুইনাইনের দ্বারা এই পর্যায় নিবারণ হয়।

কাদ। কোন্ ২ পীড়া পর্যায় ক্রমে হয়, দৃষ্টান্ত দ্বারা তাহা দেখাও।

জ্ঞা। নানা প্রকার ম্যালেরিয়া জর, যথা পালা জর, অবিরাম

জ্বর, ত্রাহিক জ্বর, দৌকালীন জ্বর, এবং নানা প্রকার শ্বাসপূর্ণ ও শিরশূল, পর্যায়ক্রমে হইয়া থাকে ।

কাদ । শিরশূলেও কি কুইনাইন উপকারী ?

জ্ঞা । কোন ২ শিরশূল রোগে, বিশেষতঃ ম্যালেরিয়া-বটিক শিরশূল রোগে কুইনাইন অতি ফলদায়ক ।

কাদ । পর্যায় নিবারণার্থ কি পরিমাণে কুইনাইন ব্যবহার করা যাইতে পারে ?

জ্ঞা । গর্ত্তিনীদিগের বেশী মাত্রায় কুইনাইন দিলে কোন ২ স্থলে গর্ত্তস্রাব হইতে দেখা গিয়াছে । স্বাভাবিক লোকের পূর্ণ বয়সে সচরাচর পাঁচ রতি হইতে দশ রতি বা তাহা বেশী মাত্রায় প্রতিদিন দেওয়া যাইতে পারে । স্থল বিশেষে, এবং অন্য মাত্রায় কার্য না হইলে, কখন কখন ডাক্তারেরা ৮।১০ রতি একবারে দিয়া থাকেন । আমাদের দেশে এক বিখ্যাত আছে যে, জ্বর সঙ্গে কুইনাইন দিলে জ্বর আটকাইয়া যায়, সেটা ভুল । বিশেষতঃ ম্যালেরিয়া-বটিক জ্বরে, বিজ্বর অবস্থায় কুইনাইন প্রয়োগ করিলে অপর কোন ঔষধের সাহায্য বিনা মাত্র এক কুইনাইন দ্বারাই রোগী সম্পূর্ণ আরোগ্য লাভ করিতে পারে ।

বিচক্ষণ ডাক্তার ঢাকার মেডিকেল স্কুলের ভূতপূর্ব সুপারিন্টেন্ডেন্ট ক্রমী সাহেব কোন বক্তৃতায় বলিয়া গিয়াছেন যে, তিনি ভারতবর্ষ পরিত্যাগের পূর্বে এ দেশেই ডাক্তারগণের নিকট এই কথা বলিয়া যাইতে চাহেন যে, যখনই কোন জরকে ম্যালেরিয়া বলিয়া বুঝিতে পারিবে, তখনই আর বিলম্ব না করিয়া, অর্থাৎ বিচ্ছেদের অপেক্ষা না করিয়া, নিয়মিত রূপে জ্বরে বিজ্বরে কুইনাইন ব্যবহার করিবেন । প্রবল ম্যালেরিয়া জ্বরেও কুই-

নাইন ঘারা জ্বর বিচ্ছেদ করান যায়। তিনি ২৪ ঘণ্টায় ৪০ গ্রেণ অর্থাৎ ৪৫ রতি কুইনাইনও ব্যবহার করিয়া কৃতকার্য হইয়াছেন। ম্যালেরিয়া নামক এক প্রকার বিষাক্ত কীটাত্মক মনুষ্য শরীরে প্রবেশ করিয়া রক্ত দূষিত করিয়া এই জ্বর উৎপন্ন করে। এবং এই ম্যালেরিয়া-কীটাত্মক কুইনাইন ভিন্ন কোন উৎকৃষ্ট ঔষধ এ পর্য্যন্ত আবিষ্কৃত হয় নাই। কুইনাইনের পরেই আর্সেনিক বা শেফো-বিষ-বাটিত ঔষধ। ইহাও ম্যালেরিয়া-নাশক বটে।

অতি অল্প মাত্রায় অর্থাৎ অর্দ্ধ বা সিকি রতি মাত্রায় কুইনাইন দিনে দুই তিন বার ব্যবহার করিলে, বলকারক ক্রিয়া প্রকাশ করে। এখন দেখ কাহ্ন, এক কুইনাইনের কত গুণ।

কাদ। কুইনাইনের এত গুণ থাকিতে তবে লোকে ইহাকে এত নিন্দা ও ঘৃণা করে কেন?

জ্ঞা। তুমি জানিবে, বাহাদের স্বার্থের হানি হয়, তাহারাই কুইনাইনকে নিন্দা করে। আমাদের দেশের কবিরাজেরা দেখেন যে, লোকের জ্বর হইলেই দুই চারি আনার কুইনাইন খাইয়া জ্বর আরাম করে। যে রোগীর 'চিকিৎসা করিতে কবিরাজ ডাকিতে হইলে নূন কল্পেও দু'চারিটা টাকা খরচ করিতে হইত, তাহার চিকিৎসা করিতে আর কবিরাজের প্রয়োজন হয় না। স্বার্থের হানি হওয়ায়, এই জন্যই, কুইনাইনের এত নিন্দা। ডাক্তারেরা কখনই কুইনাইনকে নিন্দা করিতে পারেন না। আবার পসার বৃদ্ধির জন্য কোন কোন পেটেন্ট ঔষধের বিজ্ঞাপন-দাতাও তাহার বিজ্ঞাপনে কুইনাইনের অপবাদ দিতে জরী করেন না। তাহাদের আর

সকলের বিজ্ঞাপনেই লেখা আছে “কুইনাইন দ্বারা আটকান জ্বর ইত্যাদি আরাম হয় ।” কিন্তু যাহারা এইরূপ কুইনাইনকে অপবাদ দিয়া লোক ভুলাইতে চেষ্টা করেন, তাঁহাদের সেই ঔষধের মধ্যেই কুইনাইন যোগ করিয়া দিয়া, তাঁহারা জ্বর প্রীহা চিকিৎসায় বাহাদুরী লইয়া থাকেন। আমি বোধ করি, জ্বর প্রীহারি যত রকম পেটেন্ট আছে, তাহাদের প্রায়টিই কুইনাইন দ্বারা প্রস্তুত। ডিঃ গুপ্তের “ফলেন-পরিচীয়েতেই” বল, বিজয়া-বটিকাই বল, আর সুখা-সিদ্ধাই বল, কোন ঔষধই কুইনাইন ছাড়া নাই।

আজ কাল কবিরাজেরাও অনেক চাতুরী আরম্ভ করিয়াছেন। তাঁহারা আয়ুর্বেদীয় নাম দিয়া কুইনাইন দ্বারায় অনেক ঔষধ প্রস্তুত করিয়া যশ লাভ করিয়া থাকেন। পূর্ববঙ্গের একজন কবিরাজ “শকুনি-মহারাজ” নামক এক বটিকা প্রস্তুত করিয়া অত্যন্ত খ্যাতি লাভ করিয়াছিলেন। কোন বিখ্যাত কবিরাজকে শকুনি-মহারাজের প্রস্তুত প্রণালীর কথা জিজ্ঞাসা করায় তিনি বলিলেন যে, আয়ুর্বেদে এরূপ কোন ঔষধের নাম তিনি জানেন না। তিনি বলিলেন, উক্ত কবিরাজ “সিন্‌কোনা কেরিফিউজের” নামান্তর শকুনি-মহারাজ বলিয়াছেন। বস্তুত তাঁহার বটিকা “সিন্‌কোনা-কেরিফিউজের” দ্বারা প্রস্তুত হয়।

আর একটি কবিরাজ ডাক্তারদের সঙ্গে পাল্লা দিয়া কোন গ্রামে ঘন ঘন জ্বর রোগীকে আরাম করিতে লাগিলেন। তিনি সর্বদাই কুইনাইনের বিদ্রোহী। তাহার বটিকার নাম বসন্ত-বিহার, সাতটা বটিকার দাম ২ টাকা। বটিকার নিয়ম কেবল কলা ও পায়ের খাওয়া নিষেধ। আর সমস্তই খাওয়া



যায়। গ্রামের লোকে সচরাচরই কবিরাজি, ঔষধে ভক্তি করে। এবং কুইনাইন দ্বারা জ্বর আটকাইবার বা ধাতু খারাপ হওয়ার আশঙ্কায় বসন্ত-বিহারের আশ্রয় লইতে লাগিল। কবিরাজও বেশ দশ টাকা লাভ করিতে লাগিলেন। আয়ুর্বেদীয় কোন ঔষধের নাম বসন্ত-বিহার নাই, এটা একটা হাতগড়া নাম, ছুঃখের বিষয় বা সুখের বিষয়, কবিরাজের বাটিকার গুঁমর প্রকাশ হইয়া পড়িল। রাশি রাশি কুইনাইনের শিশি তাঁহার ঘরে পাওয়া গেল, এবং দোকান হইতে উক্ত কুইনাইন সকল খরিদ করিয়াছেন, তাহাও জানা গেল। তাঁহার বাটিকায় কুইনাইন, আফিং ও রসসিন্দূর আছে। এই তিন-দ্রব্য দ্বারা বাটিকা প্রস্তুত হইয়া থাকে। এখন দেখ, কুইনাইনে কি গুণ বা দোষ?

কাদ। সিনকোনা-ফেব্রিফিউজ কাহাকে বলে?

জ্ঞা। কুইনাইন যে বৃক্ষের ছাল দ্বারা প্রস্তুত হয়, তাহার নাম সিনকোনা। ফেব্রিফিউজ নাম দিয়া যে ঔষধ প্রস্তুত হয়, তাহার ঐ নাম। ফেব্রিফিউজ লাতিন শব্দ, তাহার অর্থ জ্বর-নাশক। অতএব সমস্ত শব্দটার নাম জ্বর-নাশক সিনকোনা। কুইনাইন ও সিনকোনার গুণ একই প্রকার, তবে একটু ইতর বিশেষ মাত্র। যেমন ইক্ষু হইতে গুড়, গুড় হইতে চিনি এবং চিনি হইতে মিশ্রি প্রস্তুত হয়।

গুড় ও মিশ্রিতে যে প্রভেদ, সিনকোনা-ফেব্রিফিউজ ও কুইনাইনে সেই প্রভেদ।

কাদ। কুইনাইনের কি তবে কোন দোষ নাই?

জ্ঞা। বাহার গুণ আছে, তাহার দোষও হই একটা থাকে।

সম্ভব। অধিক, মাত্রার কুইনাইন খাইলে, কাণে তাল লাগে, মাথা ঘোরে, কাণ ভেঁৱ করে। ধাতু অত্যন্ত চড়িয়া যায় এবং অনিদ্রা হয় এবং গর্ভিণীর গর্ভপ্রাব হয়। আর জরের বিকার অর্থাৎ মস্তিষ্কে রক্তাধিক্য অবস্থায়, কোষ্ঠবদ্ধ অবস্থায়, যকৃতের ক্রিয়ার ব্যতিক্রম হইয়া পিত্তাধিক্যাবস্থায় কুইনাইন প্রয়োগ করিলে, উপকার না হইয়া বরং কোন কোন সময়ে অপকার হইয়া থাকে। ইহা ভিন্ন আর সকলই গুণ।

কাদ। মা, বেশ শিখিলাম, কথা গুলি নিত্য প্রয়োজনীয়। অবিরাম জরের চিকিৎসা কি প্রকার করিবে ?

জ্ঞা। অবিরাম জরে প্রথমতঃ যাহাতে জ্বর বিচ্ছেদ হয়, তাহার চেষ্টা করিবে। জ্বর বিচ্ছেদ হইলে কুইনাইন দ্বারা জ্বর বন্ধ করা যাইতে পারে ?

কাদ। জ্বর বিচ্ছেদ করাইতে হইলে কোন্ ঔষধ ব্যবহার করা হয় ?

জ্ঞা। জ্বর বিচ্ছেদের ঔষধ ডাক্তার খানা ভিন্ন পাওয়া যায় না, তবে আজ কাল দোকানে এক প্রকার ঔষধ বিক্রয় হয়, তাহার নাম “ফেনাসিটিন।” এই ফেনাসিটিন শিশিতে করিয়া রাখা হয়, ইহা শুষ্ক গুড়া ঔষধ, রং শাদা। এই ঔষধের ২ কি ২½ রতি পরিমাণে প্রতি দুই কি তিন ঘণ্টা অন্তর খাওয়াইলে ঘর্ম হইয়া জ্বর বিচ্ছেদ হয়। এবং সেই বিচ্ছেদকালে কুইনাইন দিলে সম্ভবই জ্বর বন্ধ হইয়া যায়। কিন্তু এক কথা মনে রাখিবে, রোগী অত্যন্ত দুর্বল হইলে এই ঔষধ দিতে সাবধান হইবে। কেন না ইহার একটু অবসাদক গুণ আছে।

কাদ। অবসাদক গুণ কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । যাহাতে ধাতু কতক পরিমাণে নিস্তেজ করে, তাহাকে অবসাদক গুণ বলে ?

কাদ । তার পর গর্ভাবস্থায় আর কি কি রোগ সহজে চিকিৎসা করা যায় ?

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় বমন একটা যন্ত্রণাদায়ক পীড়া, তাহাতে প্রসূতি সর্বদাই অসুখে থাকে, ডাক্তারখানায় ভাইনাম ইপি-ক্যাক নামক এক ঔষধ পাওয়া যায় । তাহার এক ফোঁটা অন্ন কিছু জলের সহিত মিশাইয়া লইয়া অর্দ্ধ বা এক ঘণ্টান্তর দিলে বমন নিবারণ হইতে পারে । গর্ভাবস্থায় অন্ত্রান্ত্র রোগের চিকিৎসা করিতে হইলে ডাক্তারকে ডাকিতে হইবে । অতএব এসময়ে আর বেশী কথা বলিয়া তোমাদিগের মনে একটা গোলযোগ উপস্থিত করাইতে ইচ্ছা করি না । যে সকল স্ত্রীলোকের বা স্বামীর উপদংশ রোগ ছিল বলিয়া জানা যায় বা সন্দেহ করা যায়, তাহাকে গর্ভাবস্থায় পটাশ আইডাইড এবং লাইকার হাইড্রাজিরাই-পার-ক্লোরাইড নামক ঔষধে দীর্ঘকাল সেবন করাইলে গর্ভস্থ সন্তান সুস্থভাবে প্রসব হয় ।

কাদ । তবে এখন আর কি বলিবে ?

জ্ঞা । এখন শিশু-পালন কি করিয়া করিতে হয় এবং শিশু পীড়িত হইলে তাহাকে কিরূপ চিকিৎসা করিতে হয়, সেই সম্বন্ধে ছুচার কথা মোটামুটি বলিব ।

কাদ । না মা, কুহারও যে গর্ভ হইয়াছে, তাহা জানা যায় কি করিয়া ? তাহা আগে বল ।

জ্ঞা । গর্ভের কতকগুলি লক্ষণ আছে, তাহা তোমাকে বলি ।

১। প্রাতঃকালে বমন বা বমির বেগ হয় ।

২। ঋতু বদ্ধ হয় ।

৩। পেট বড় হইতে থাকে ।

৪। স্তনের পরিবর্তন হয়, অর্থাৎ স্তনের বোঁটের চারিদিকে কাল হয় ।

৫। গভের চারি পাঁচ মাসে পেটের মধ্যে সস্তান নড়া চড়া করে ।

৬। ডাক্তারেরা ষ্টেমস্কোপ নামক যন্ত্র দ্বারা সস্তানের হৃদপিণ্ডের শব্দ শুনিতে পান ।

৭। স্তনে দুগ্ধ সঞ্চার হয় ।

৮। অখাদ্য থাইতে ইচ্ছা যায়, যেমন পোড়া মাটি ইত্যাদি থাইতে ভাল লাগে ।

৯। অলসতা বৃদ্ধি হয়, এবং মাটিতে শুইতে বা যেখানে সেখানে গড়াইতে ইচ্ছা করে ।

১০। ইহা ভিন্ন আরো কয়েক প্রকার পরীক্ষা আছে, তাহা তোমাকে বলিব না ।

কাদন মা, তুমি গভের ষতগুলি লক্ষণ বলিলে, তাহার অনেকগুলি যে অন্যান্য নানা রোগেও প্রকাশ পাইতে দেখা যায়। তখন কি করিয়া বুঝিবে ?

জ্ঞা। বা, বেশ কথাটি উল্লেখ করিয়াছ। তবে বলি শোন। বাস্তবিকই অনেকগুলি লক্ষণ কোন কোন পীড়া দ্বারা হইতে পারে। যেমন পেটে প্লীহা ও যকৃত থাকিলে বা জলউদরী হইলে পেট বড় হয়। নানাবিধ রোগে ঋতু বদ্ধ হইতে পারে। পেটের মধ্যে কোন অর্কুদ হইলে গভের লক্ষ-

ণের সঙ্গে ভ্রম হইতে পারে। জরায়ুর কোন পীড়ায় স্তনের পরিবর্তন হইতে পারে।

কাদ। তাহা হয় কেন ?

জ্ঞা। জরায়ুর সঙ্গে স্তনের বড় নিকট সম্বন্ধ। জরায়ুর পরি-  
বর্তনে স্তনের পরিবর্তন অনেক সময় হইতে দেখা যায়। সেই  
জন্ত, কোন কোন জ্বীলোকের মোটেই স্তন হয় না, তাহার  
কারণ, হয়ত জরায়ু অসম্পূর্ণ বা বিকৃত, অথবা একবারেই জরায়ু  
নাই। জরায়ু সংলগ্ন অণ্ডাশয় নামক যন্ত্রের অভাবে ঐ প্রকার  
হইতে দেখা যায়।

কাদ। ওমা, তবেত গর্ভ-লক্ষণ সকল সময় ঠিক করা  
যায় না।

জ্ঞা। তা মিথ্যা নয়। অনেক সময় বিচক্ষণ ডাক্তারেরা  
পর্যাপ্ত ব্যাকুব হইয়া যান। ঐ সকল ব্যাধি ভিন্ন আর এক  
প্রকার গর্ভ হইতে দেখা যায়, তাহাকে কৃত্রিম গর্ভ বলে।

কাদ। কৃত্রিম গর্ভ আবার কেমন ?

জ্ঞা। হিষ্টিরিয়া-গ্রস্ত কোন কোন জ্বীলোকের কৃত্রিম  
গর্ভ হইতে দেখা যায়। গর্ভের সমস্ত লক্ষণ প্রকাশ্য পায়।  
কিন্তু যদি একটু ক্লোরফরম নামক ঔষধ সোঁকান যায়, তখন  
ঐ সকল গর্ভের লক্ষণ তৎক্ষণাৎ চলিয়া যায়।

কাদ। ওমা সেত বড় আশ্চর্য্য ! কৃত্রিম-গর্ভ আবার কি কি  
প্রকারে হয় ?

জ্ঞা। কোন কোন জ্বীলোকের সন্তান হয় না এবং বয়স  
বেশী হয়, আর সন্তান হওয়ার ইচ্ছা খুব হয়। কোন  
কারণে ঋতু বন্ধ হইলেই মনে করে, তাহার গর্ভ হইয়াছে।

তাহার যদি গর্ভের লক্ষণ সকল জানা থাকে, তবে ক্রমে ক্রমে ঐ সকল লক্ষণ অনুভব করিতে থাকে । পেট যেন বড় বলিয়া বোধ করে । অবশেষে পূর্ণমাস শেষ হইলেই ক্রমে হতাশ হইতে থাকে ।

এবিষয়ে একটা দৃষ্টান্ত দিব । এ দেখা কথা । একটা মেমের বাড়ী ইটালী দেশে । তাহার বয়স ৪১ বৎসর হইয়াছে । ১৪ বৎসর পূর্বে একটা ছেলে হইয়া মরিয়া যায় । তাহার পর আর সন্তান হয় না । একটা সন্তান হওয়ার জন্ত বড় লালায়িত থাকিত । তাহার ঋতু বন্ধ হয়, সে মনে করিতে থাকিল যে, তাহার গর্ভ হইয়াছে । ক্রমে ক্রমে স্তনের পরিবর্তন দেখা গেল । পেট বড় হইল এবং আর আর লক্ষণ প্রকাশ পাইল । তাহার সন্দেহ দূর করার জন্ত কর্তাকে ডাকিল, কর্তা ভালমত বুঝিতে পারিলেন না, পরে একজন ফিরিজ এসিষ্ট্যান্ট সার্জনের দেখান হয় । তিনি পরীক্ষা করিয়া বলিলেন যে গর্ভ হইয়াছে । মেমটা কত আশা করিয়া ভাবী ছেলের জামা মোজা টুপি প্রভৃতি প্রস্তুত করিয়া রাখিলেন । দশ মাস চলিয়া গেল, সন্তান হইল না । মেমটা হতাশ হইয়া অণু শিশুকে ঐ পোষাক দিয়া ফেলিলেন ।

কাদ । সে মেমটা কে না ?

জা । গ্রীসী সাহেবের মেম ।

কাদ । ও তাঁকে ত আমরা দেখিয়াছি, তিনি কতবার আমাদের বাটতে আসিয়াছেন ।

কাদ । আচ্ছা না, কত দিনে সন্তান ভূমিষ্ট হয় ?

জা । ইহার মোটামোটা একটা হিসাব মনে রাখিবে, ঋতু

বন্ধ হওয়ার পর হইতে হিসাব করিয়া ২৭২<sup>১</sup> হইতে ২৭৮ দিনের মধ্যে সন্তান নিশ্চয়ই হইবে। ইহার ব্যতিক্রম হইলে জানিবে যে, হিসাবে ভুল আছে।

কাদ। অত দিন কে গণিয়া রাখিবে? সহজ কোন নিয়ম থাকেত বল।

জ্ঞা। মনে কর, জানুয়ারী মাসের ১লা যদি ঋতু বন্ধ হয়, তবে অক্টোবর মাসের ৮ তারিখে বা তাহার মধ্যে ছেলে হইবে, আর যদি ফেব্রুয়ারী মাসের ১লা তারিখে ঋতুবন্ধ হয়, তবে নভেম্বর মাসের ৮ তারিখে ছেলে হইবে। এই মত ফেব্রুয়ারী ২রা হইলে নবেম্বরের ৯ তারিখে ছেলে হইবে। বুঝিলে কিনা?

কাদ। হাঁ মা, বুঝলেম। বেশ সহজ নিয়ম, ইহা মনে রাখা বড় দরকার।

### সূতিকা-ঘর ।

জ্ঞা। যে ঘরে ছেলে হইবে, সে ঘরকে আঁতুড় ঘর বা সূতিকাঘর বলে। সেই ঘরখানা বেশ খোলা স্থানে হওয়া উচিত এবং তাহাতে জানালা থাকা দরকার। ঘরের মেঝে ও চতুর্দিক শুষ্ক থাকা দরকার। কোন দুর্গন্ধ বেন সেখানে থাকে না। পোয়াতি ও ছেলেকে মাটিতে শুইতে দিবে না। খাট বা উচ্চ কোন বাঁশের বা তক্তার মাটার উপর শুইতে দিবে। আমাদের দেশের যে রীতিতে আঁতুড় ঘর প্রস্তুত হয়, তাহা ভয়ানক। সৈঁতসেতে ও নোংরা স্থানে একটা কুঁড়ে ঘর প্রস্তুত হয়, তাহাতে আবার মাটি শয্যা। তাই অনেক শিশু

অবতুড় ঘরেই, সমালয়ে যায় । ধাইটী ঘেন পরিকার পরিচ্ছন্ন  
এবং সংক্রামক-ব্যাদিশূন্য হয় ।

কাদ। মা, প্রসবের বন্দোবস্ত কি করিয়া করিতে হয় ?

জ্ঞা। সে কঠিন কথা, তাহা তুমি এখন বুঝিবে না । যখন  
প্রয়োজন হইবে, তখন ষাটশিক্ষানুযায়ী কার্য্য করিবে ।

### শিশু-রক্ষণ ও পালন ।

কাদ। মা, শিশু-রক্ষণ ও পালন কি আমাদের এখন  
শিক্ষার প্রয়োজন হইবে ?

জ্ঞা। কেন ?

কাদ। এ পোয়াতি ও ধাইদিগের কার্য্য ?

জ্ঞা। না কাদম্বিনী, শিশুপালনের নিয়মগুলি সকলেরই  
জানা দরকার । তবে পোয়াতি ও ধাত্রীর নিতান্তই জানা প্রয়ো-  
জন । তুমি যদি এ নিয়মগুলি জেনে রাখ, তাহা হইলে, তোমার  
ঘরা কত লোকের উপকার হইবে । তুমি, বিবাহ হওয়ার  
পর অশুর বাড়ী গেলে তথায় আপন জা ও ননদদিগের সন্তানা-  
দির নিয়ম মত পালন ও রক্ষণের নিয়ম শিক্ষা দিয়া যশ লাভ  
করিতে পারিবে । এবং নিজের ছেলেপিলে হইলে ত কথাই  
নাই, ইহা ভিন্ন পাড়াপড়শীর নিত্য উপকার করিতে পারিবে ?

আমাদের দেশের পোয়াতিরা, কি নিয়মে শিশু পালন  
করিতে হয়, তাহা ভাল না জানায়, কত শিশু অকালে মৃত্যুগ্রাসে  
পতিত হয়, তাহা বলা যায় না ।

কাদ। কি নিয়মে শিশু পালন করিতে হইবে ?

জ্ঞা। শিশু ভূমিষ্ট হওয়া মাত্রই তাহার নাড়ী কাটিয়া,



ইষহুৎ জলে স্নান করাইয়া, সুকোমল শয্যায় শয়ন করাইকে। এবং কালানুযায়ী উপযুক্ত বস্ত্রাদির দ্বারা শিশুর শরীর আবৃত করিয়া রাখিবে। এবং মুক্ত স্থানে রাখিবে।

কাদ। আমাদের দেশে অধিকাংশ স্থলেই নাড়ী, ছেলে হওয়া মাত্রই, কাটে না। রাত্রি কালে ছেলে হইলে পরদিন প্রাতঃকাল পর্য্যন্ত ফুলযুক্ত নাড়ী রাখা হয়, যখন নাড়ী কাটার ধাই আইসে, তখন নাড়ী কাটা হয়, নচেৎ কত বিলম্ব ও অসুবিধা হয়। সেটা কি ভাল ?

জ্ঞা। এ প্রথা কোন অংশেই ভাল নহে, বরং বিপদজনক। অনর্থক নির্দোষী শিশুটিকে অত্যন্ত অসুবিধায় রাখা হয়। অধিকক্ষণ এই প্রকার ছেলের নাড়ীর সহিত ফুলযোগ করিয়া রাখিলে ছেলের শরীরের রক্ত দূষিত হইয়া শিশুটী বিপদগ্রস্ত করিতে পারে। এ রীতি অতি কুরীতি।

কাদ। ও মা, যে কোন ব্যক্তিই কি নাড়ী কাটিতে জানে ? কি করিয়া নাড়ী কাটিতে হয় ?

জ্ঞা। কেন, উহা আর বেশী কঠিন কি ? ছেলের নাভি হইতে আড়াই কি তিন ইঞ্চি দূরে এক গাছা শক্ত ও মোটা সূতা দ্বারা বাঁধিয়া রাখিবে, এবং ঐ বন্ধনের একটু দূরে—এক খানা ধারাল ছুরি বা কাঁচি দ্বারা কাটিয়া ফেলিবে। ডাক্তারেরা ছেলে প্রসব করাবার পর যদি ফুল না পড়ে, তবে ছেলের নাভি হইতে আড়াই কি তিন ইঞ্চি দূরে একটি বাঁধ দেন এবং তাহার এক ইঞ্চি উপরে আর একটি বাঁধ দেন, শেষে এই দুই বাঁধের মধ্যে কাটিয়া ফেলেন।

কাদ। কেন এরূপ বাঁধ না দিলে কি হয় ?

জ্ঞা । একুপ বাঁধ না দিলে বড় বিপদ হইতে পারে ।

কাদ । কি বিপদ ?

জ্ঞা । প্রথম ছেলের নাভির দিকের বাঁধ না থাকিলে ছেলের পেটের ভিতর হইতে রক্তস্রাব হইয়া ছেলেটা মারা যাইতে পারে । দ্বিতীয়, ফলের দিকে বাঁধ না দিলে ফুলটা পোয়াতির ঈরাযুর সঙ্গে সংলগ্ন থাকায় কাটা নাড়ীর দ্বারা রক্ত-স্রাব হইয়া পোয়াতি মারা যাইতে পারে । এখন বুঝলে ?

কাদ । হাঁ বুঝলাম । মা, তুমি আগে বলিয়াছ, শিশুটিকে কালানুযায়ী বস্ত্র দ্বারা আবৃত করিয়া রাখিবে । তাহার অর্থ কি ?

জ্ঞা । কালানুযায়ীর অর্থ এই যে, যদি শীতকাল হয়, তবে ফ্লানেল প্রভৃতি গরম কাপড় দ্বারা ঢাকিয়া রাখিলে ছেলেটা শীতে কষ্ট পায় না । আর যদি গ্রীষ্মকাল হয়, তাহা হইলে সাধারণ পাতলা পরিষ্কার কাপড় ব্যবহার করিবে ।

কাদ । হাঁ বুঝলাম । তারপর ?

জ্ঞা । তারপর দেখিবে, ছেলের বাহ্যে প্রস্রাব হয় কি না ।

কাদ । মা, শিশুটা পেট থেকে পড়বা মাত্রই বাহ্যে কেমন করিয়া হইবে ? পেটের ভিতরে ত আর কিছু খেতে পায় না যে, পেটে মল জমা থাকিবে ।

জ্ঞা । কাদম্বিনী, বেশ তর্ক ধরেছ । কিন্তু তা বলি কি হয় । দৈবের সৃষ্টিকৌশল বৈত নয় । শিশুটা যদিও মাতৃ উদরে থাকার সময় অল্প কিছু খেতে পায় না বটে, কিন্তু গর্ভে থাকার সময় মিউকোনিয়ম নামক পদার্থ উদরস্থ করে, তাহাই শিশুর পেটে মলরূপে জমা থাকে । সেই মলগুলি পেট হইতে বাহির হইয়া যাওয়া নিতান্ত দরকার । বোধ করি দেখিয়া থাকিবে,

সদ্য-জাত শিশু যে বাছে করে, তাহা কেমন একটা বদরং বিশিষ্ট, আঁটা আঁটা। স্বাভাবিক মল হইতে উহা স্বতন্ত্র।

কাদ। শিশু মিউকোনিয়ম কোথা পায় ?

জ্ঞা। জান যে শিশু গর্ভাবস্থায় একটা জলের থলির মধ্যে থাকে, ঐ থলির জলকে “লাইকার এমোনিয়া” বলে এবং মিউকোনিয়াম লাইকার এমোনিয়া হইতে উৎপন্ন হয়।

কাদ। বেশ বুঝলাম। শিশুটীর বাছে না হইলে কি উপায় করিবে ?

জ্ঞা। বাছে না হইলে, অল্প একটু টাটকা মধু অঙ্গুল দ্বারা ছেলের মুখে দিলে সে উহা চাটিয়া খাইবে। মধু না পাইলে একটু চিনি জলের সঙ্গে গুলিয়া ঐ প্রকার অঙ্গুলী দ্বারা শিশুটীকে খাওয়াইয়া দিলে বাছে হইতে পারে। যদি তাহাতে না হয়, তবে ২০।৩০ ফোঁটা ক্যাস্টার অয়েলকে একটু মাইয়ের ছুধের সঙ্গে মিলাইয়া খাওয়াইলে নিশ্চয় বাছে হইবে।

কাদ। যদি ইহাতেও না হয় ?

জ্ঞা। তাহা হইলে জানিবে যে, গুহবার বন্ধ হইয়া আছে ; তখন আমাদের দেশের স্ত্রীলোকেরা যে পানের বোঁটা দ্বারা বাছে করাইয়া থাকে, তাহা করিবে।

কাদ। যদি পানের বোঁটা দ্বারা বাছে করান এত সহজ হয়, তবে আর ক্যাস্টার অয়েলকে দেয়। এত ছোট শিশুকে ক্যাস্টার অয়েল দেওয়া কি নিরাপদ ?

জ্ঞা। কেন, ক্যাস্টার অয়েল দেওয়ার কোন ভয় নাই। ক্যাস্টার অয়েল সম্পূর্ণ নিরাপদ। ক্যাস্টার অয়েল দিলে আর এক উপকার এই যে, ইহা দ্বারা পেটের সমস্ত মল নির্গত

হইয়া যায়। পানেশ বোঁটা দ্বারা অনেক সময় বাছে হয় না।

কাদ। শিখিলাম। একটা কথা জিজ্ঞাসা করিতে ভুলিয়াছি। আমরা দেখিতে পাই যে, আহার ও বায়ু না হইলে আমরা বাঁচি না, কিন্তু পেটের মধ্যে শিশুটা কি করিয়া অনাহারে এতদিন জীবিত থাকে ?

জ্ঞা। কাদম্বিনী, তুমি এক কপার মধ্যে আর এক কথা আনিয়া ফেলিলে ? বাহা হউক, তোমার কথার উত্তর দিতেছি। দেখ, আমরা যে আহার করি, তাহারা শরীরের রক্ত বৃদ্ধি হয় এবং নিশ্বাস দ্বারা যে বায়ু গ্রহণ করি, তাহার অল্পজান বায়ু দ্বারা প্রতিনিয়তই সেই রক্ত পরিষ্কৃত হয়। তাহাতেই আমরা বাঁচিয়া থাকি। বুঝিলে কি না ?

কাদ। হাঁ বুঝলেম যে, পরিষ্কৃত রক্ত দ্বারা আমরা বাঁচিয়া থাকি।

জ্ঞা। মাংসের শরীরের রক্ত দ্বারা সন্তানের শরীর রক্ষা হয়, তাহা আগে বলিয়াছি।

কাদু। হাঁ আগে বলিয়াছি বটে, কিন্তু কি নিয়মে ঐ কার্য্য হয়, তাহা বুঝিতে পারি নাই।

জ্ঞা। সে দিন বোসেদের বউয়ের ছেলে হয়েছে দেখেছিলে ?

কাদ। হাঁ দেখেছিলাম।

জ্ঞা। কি দেখিলে ? ছেলের নাড়ীর সঙ্গে একটা মাংসের পিণ্ডের মত যে একটা কিছু দেখেছিলে, তাহাকে ফুল বলে। ঐ ফুল প্রসূতির জরায়ুর মধ্যে এমন ভাবে সংলগ্ন থাকে যে,

ঐ জরায়ু হইতে কুলের মধ্যস্থ স্তন ২ শিরা ও, ধমনী দ্বারা রক্ত আকর্ষিত হইয়া নাড়ীর মধ্য দিয়া ঐ উক্ত চালিত হইয়া শিশুর শরীরকে পোষণ করে। আমরা আহাৰ ও বায়ু সৈবন, করি, কেবল রক্তের জন্ত। বিনা আহাৰ ও বায়ু ভিন্ন রক্ত পাইলে কে আর আহাৰের জন্ত এত কষ্ট করিয়া কাজ করিত ? এখন বুঝিলে কি না ?

কাদ। বেশ বুঝিলাম।

জ্ঞা। এই কারণেই প্রসূতির পীড়া দিতে সন্তানেরও পীড়া হয়।

কাদ। আচ্ছা মা, শিশুর প্রস্রাব না হইলে, কি করিবে ?

জ্ঞা। সম্যজাত শিশুর প্রস্রাব না হইলে, তলপেটে অল্প গরম জল ও ফ্লানেলের সেক দিলে সহজেই প্রস্রাব হয়।

কাদ। তাহা না হইলে ?

জ্ঞা। তাহা না হইলে মনে করিতে হইবে, শিশুর প্রস্রাবের রাস্তাটি বন্ধ হইয়া রহিয়াছে। তখন কেঁচলা নামক ঘাসের সরু ডাঁটা একটা লইয়া আস্তে আস্তে প্রস্রাবের দ্বারে প্রবেশ করাইলে তৎক্ষণাৎ প্রস্রাব হয়। ইহা আমরা অনেকবার পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি। ডাক্তারেরা এমত অবস্থার গাঁদের নির্মিত সরু ক্যাথিটার বা শলাকা প্রবেশ করাইয়া থাকেন। সাবধান, শিশুর প্রস্রাব দ্বারে কোন শলাকা প্রবেশ করাইতে হইলে, তাহা যেন পরিষ্কার থাকে। নচেৎ বিপদ হইতে পারে। ইহাতে প্রস্রাব না হইলে নাভির চতুঃপাশ্বে নীল মাটির প্রলেপ দিলে বিশেষ ফল হয়।

কাদ। তাহাতে না হইলে ?

জ্ঞা। তাহাতে নী হইলে বাধ্য হইয়া চিকিৎসক ডাকিতে হইবে ।

কাদ। শিশুর আহ্বারের ব্যবস্থা কি করিবে ?

জ্ঞা। শিশুর আহ্বারের পক্ষে মাতৃ-স্তনের দুধই প্রশস্ত । তবে প্রসবের দুই তিন দিন মধ্যে কাহারো স্তনে দুধ ভাল মত হয় না । তখন অত্র কোন গোয়াতির দুধ খাওয়াইতে পারা যায় । অত্র কোন গোয়াতি না পাইলে গাধার দুধ, তাহাও না পাইলে নূতন বিয়ানো গাইয়ের দুধের সঙ্গে অন্ততঃ এক তৃতীয়াংশ জল মিশাইয়া গরম করিয়া খাওয়াইবে ।

কাদ। গাধার দুধের কি গুণ ?

জ্ঞা। গাধার দুধের গুণ মাতৃ-স্তনের দুধের মত ।

কাদ। গাইয়ের দুধে জল না মিলাইলে কি হয় ?

জ্ঞা। গাইয়ের দুধে জল না মিলাইলে শিশুটির পেটের অসুখ হইতে পারে । কারণ গাইয়ের দুধ মাতৃ-স্তনের দুধ অপেক্ষা গুরুপাক ।

কাদ। মা বুঝলাম । কিন্তু আমরা যখন ব্রহ্মদেশে ছিলাম, তখন দেখিয়াছি যে, সে দেশের লোক জন্মবার তৃতীয় দিবসেই শিশুটিকে ভাত খাওয়াইতে আরম্ভ করে । তাহাদের ছেলে পিলের পেটেট অসুখ হয় না ।

জ্ঞা। তাইত কাদম্বিনী, তুমি ভাল কথা মনে করেছ । সকলই অভ্যাসের উপর নির্ভর করে । অভ্যাস দ্বিতীয় স্বভাব-রূপে পরিণত হয় । প্রথম প্রথম কি করিয়া এতটুকু ছেলের পেটে ভাত হজম হয়, তাহাই আশ্চর্য্যের বিষয় । তবে তাহাদের ভাত খাওয়ানোর প্রণালী স্বতন্ত্র । ছেলের মা বা অস্ত

কোন জ্বীলোক কতকটা ভাত আপনি মুখে দিয়া উত্তমরূপে চিবাইয়া নয়ম করে। তাহার পর আঙ্গুলে করিয়া বটিকার মত ভাতের পিণ্ডকে একটু তিল তৈলের সঙ্গে মিলাইয়া শিশু-টার অন্ন-নালীর মধ্যে ঠেলিয়া দেয়। তেল দেওয়ার উদ্দেশ্য এই যে, গলায় ঐ ক্ষুদ্র পিণ্ডটি না আটকাইয়া যায়।

কাদ। ব্রহ্মদেশে এই প্রকার রীতি প্রচলনের কারণ কি ?

জ্ঞা। সে দেশে এরূপ প্রথা চল হওয়ার কারণ এই যে, সেখানে কোন জন্তুর দুধ দোহনের রীতি নাই। গাইয়ের দুধে তাহারা বড় ঘৃণা প্রকাশ করে। কোন জন্তুর দুধের অভাবেই এই ভাত খাওয়ানোর প্রথার চলন হইয়াছে। অতএবই আবিষ্কারের মূল।

কাদ। শিশুকে দুধ ভিন্ন অল্প কিছু কি খাওয়ান যাইতে পারে ?

জ্ঞা। বালী, এরারুট, সাপ্ত, মেলিন্স ফুড ইত্যাদি খাওয়ান যায়। ব্রহ্মদেশে গরিব লোকেরা, যাহাদের দুধ খরিদ করিবার পয়সা ঘোটে না, চিড়া চটকান জল শিশুকে খাওয়ান। শিশু কিছু বড় হইলে বিলাতী লোকে মাংসের রুস বা সুপ খাওয়ান।

কাদ। ওমা, অতটুকু ছেলেকে মাংস খাইতে দিলে যে ঝালেই তাহার প্রাণ বাহির হইতে পারে।

জ্ঞা। কাদ, তুমি মনে করেছ, আমরা যেমন ঝাল মসলা দিয়া মাংস পাক করি, সুপও বুঝি সেই মত পাক করা হয়। সুপ পাক করিবার প্রণালী স্বতন্ত্র। তাহা পরে বলিব।

কাদ। শিশুকে দিনে রাত্রে কত বার খাওয়াইবে ?

জ্ঞা। প্রথম প্রথম দুই ঘণ্টাস্তর, পরে তিন ঘণ্টাস্তর।

শিশুটী এক বৎসর বয়সের হইলে ষষ্ঠান্তর খাওয়ান যাইতে পারে। শিশুটী কঁাদিলেই মনে করিবে না যে, তাহার ক্ষুধা পেয়েছে। পেটকাঁপা, মাথাধরা, পেটবেদনা বা অন্ত্র কারণেও শিশুটী কঁাদিতে পারে। আমাদের দেশের পোয়াতিয়া, যেই ছেলে একটু কঁাদে, অমনি তাড়াতাড়ি দুধ খাওয়াইতে বসে। তাহাঁরা মনে করে, বুঝি ক্ষুধার জন্তই ছেলে কঁাদিতেছে। সেটা অনেক সময় ভুল বোঝা হয়। পেটের অস্থখের জন্ত কঁাদিলে, তাহা না বুঝিয়া, দুধ খাওয়াইলে বড়ই অনিষ্ট হয়। যদি কোন সদ্যজাত শিশুকে অন্ত্র জ্বীলোকের দুধ খাওয়াইতে হয়, তবে সাবধানে দেখিবে যে, সেই জ্বীলোকটির কোন প্রকার যক্ষাক্রাশ, গরমী বা অন্ত্র কোন সংক্রামক ব্যাধি আছে কি না। এরূপ ব্যাধিগ্রস্ত জ্বীলোকের দুধ খাওয়াইলে শিশুর ভয়ানক ব্যাধি হইতে পারে।

কাদ। পেট ফাঁপিলে কি করিবে ?

জ্ঞা। পেট ফাঁপিলে মৌরি বা জোয়ান ভিজান জল ছোট চামচের এক চামচ তিন চারি ঘণ্টা অন্তর দিবে। জোয়ানের অম্লরক জলে মিশ্রিত করিয়া পেটের অস্থখের জন্ত ডাক্তারেরা রোগীদিগকে দিয়া থাকেন। তাহারা উহাকে সাধারণতঃ ডিল ওয়াটার বলেন। আর শিশু যদি ছ্যাকড়া ছ্যাকড়া দুধ তোলে, তাহা হইলে ছোট চামচের এক চামচ চুণের জল দুধে মিলাইয়া খাওয়াইবে।

কাদ। দুধ তোলা কি প্রকার ?

জ্ঞা। দুধ খাওয়ান মাত্রই বা অল্প পরে ন্যাকার করিয়া দুধগুলি ফেলিয়া দেওয়াকে দুধ তোলা বলে।



কাদ । দুধ তোলার কারণ কি ?

জ্ঞা । শিশুর পেটে অম্বলের ভাগ বেশী হইলে প্রায়ই এই প্রকার হইয়া থাকে । তবে অল্প কোন কারণ বা অজীর্ণের জন্যও ন্যাকার করিতে পারে ।

কাদ । তাহাতে চুণের জল দ্বারা কি ফল হয় ?

জ্ঞা । চুণের জল ক্ষারগুণ-বিশিষ্ট । ক্ষার দ্বারা অম্বল নষ্ট করিবার উদ্দেশ্যেই চুণের জল খাওয়ান হয় । চুণের জলের পরিপাক শক্তিও আছে । বুঝলে ?

কাদ । হাঁ বুঝলেম । কিন্তু চুণের জল প্রস্তুত করে কি প্রকারে ?

জ্ঞা । এক তোলা ভিজা চুণ লইয়া একসের পরিমাণ জলে গুলিয়া বড় একটা বোতল বা মেটে পাত্রে করিয়া রাখিবে । এক দিন-রাত্রি বা ২৪ ঘণ্টা পরে সাবধানে উপরের টলটলে জল ঢালিয়া অপর একটা বোতলে পূরিয়া ছিপিবদ্ধ করিয়া রাখিবে । এবং বোতলের গায়ে লিখিয়া রাখিবে যে, উহা কি এবং কি পরিমাণে ও কি জন্য ব্যবহার করিবে । যদি তুমি সাবধানে ঐ জল না ঢাল, তাহা হইলে চুণের কতক অংশ ঐ জলের সঙ্গে গেলে এবং উহা শিশুকে খাওয়াইলে, শিশুর বড় অনিষ্ট হইতে পারে । বুঝলে কি না ?

কাদ । বেশ বুঝলাম । শিশুটার পেট ফাঁপিলে আর কি করা যাইতে পারে ?

জ্ঞা । পেট ফাঁপিলে মোরি বা জোয়ানের জলের সঙ্গে সিকি রতি পরিমাণ সোডা মিশাইয়া খাওয়াইলে বড় উপকার হয় । তাহাতে না হইলে চিকিৎসকের সাহায্য লইবে । অনেক সময়

শিশুটীর কোষ্টবদ্ধ থাকে এবং তাহার সঙ্গে পেট ফাঁপে। ঐরূপ হইলে গ্রেগরিস্ পাউডার খুব ভাল। উহা ডাক্তারখানায় পাওয়া যায়।

কাদ। তার পর ?

জ্ঞা। শিশুটীকে সর্বদা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখিবে। পরিষ্কার কাপড় ও বিছানায় রাখিতে অভ্যাস করিবে। যে স্থানে ভাল হাওয়া খেলে না এবং যেখানে নানা দুর্গন্ধ পাওয়া যায়, সেস্থানটী শিশুর বাসের অযোগ্য। কিন্তু সাবধান যেন শিশুর গায়ে হঠাৎ কোন ঠাণ্ডা বাতাস না লাগে।

কাদ। ঠাণ্ডা বাতাস লাগিলে কি হয় ?

জ্ঞা। ঠাণ্ডা বাতাস লাগিলে সর্দি, কাশি, জ্বর ও ফুসফুস-প্রদাহ হইয়া শিশুটী মারা যাইতে পারে।

কাদ। ওমা তবেত ঠাণ্ডা বাতাস লাগা বড়ই বিপজ্জনক !

জ্ঞা। শিশুটী মল মূত্রে জড়িত হইয়া না থাকে, ঐরূপ করিবে। অনেক পোয়াতি বড় অসাবধান ও অলস। ছেলে মুতে ভিজিয়া, গায়ে শু মাখিয়া পড়িয়া থাকে, আলস্য বশতঃ বা অসাবধানতা বশতঃ তাহার বিছানা বদলায় না বা ছেলেটীকে পরিষ্কার করে না। এ বড় দোষের কথা।

কাদ। তাহার পর ?

জ্ঞা। প্রতিদিন অন্তত এক বার ছেলেটীকে খোলা হাওয়ার লইয়া বেড়াইতে পারিলে ভাল হয়। কিন্তু তাহা অনেক বাঙ্গালী শিশুর অদৃষ্টে ঘটিয়া উঠিবে না।

কাদ। কেন ?

জ্ঞা। প্রথমতঃ অনভ্যাস, দ্বিতীয়তঃ ভুল-সংস্কার। তৃতী-

রতঃ অবস্থার অনাটন। তবে যাহাদের অবস্থা স্বচ্ছল, তাহারা পারেন।

কাদ। ভুল-সংস্কার কি প্রকার ?

জ্ঞা। ভুল-সংস্কার এই যে, অধিকাংশ লোকেরই বিশ্বাস এইরূপ যে, ছোট শিশুটিকে বাটার বাহির করিলে বাতাস লাগিয়া নানা পীড়া হইতে পারে এবং নানা অপদেহতা বা ভূত প্রেতের দৃষ্টি ঐ ছেলেটির উপর পড়িতে পারে, তাহা হইলে ছেলেটি মারাও যাইতে পারে !

কাদ। মা, একথাটা কতকটা সত্য বলিয়া বোধ হয়। কেন না, আমরা ব্রহ্মদেশে দেখিয়াছি যে, সে দেশের লোকের ছোট শিশুকে বাটার বাহির করে না।

জ্ঞা। তুমি আবার ব্রহ্মদেশের কথা তুলিলে ? সে দেশের অনেক অদ্ভুত আচার ব্যবহার আছে। তাহারা আমাদের অপেক্ষাও কোন কোন বিষয়ে কুসংস্কারাপন্ন।

ব্রহ্মদেশী লোকে সন্তানটী ভূমিষ্ট হইবা মাত্রই একটা টুকরীর ভিতর রাখে। এবং টুকরী বা কাঁকার উপরে খুব মোটা কাপড় দিয়া এমন ভাবে ঢাকে যেন তাহার মধ্যে এক তিল বাতাসও যাইতে না পারে।

কাদ। কেন, বাতাস গেলে কি হয় ?

জ্ঞা। বাতাস গেলে তাহারা নানা পীড়ার আশঙ্কা করে। ব্রহ্মদেশীয় লোকের এক সংস্কার আছে যে, কোন জব্য-ভাজার গন্ধ বা সন্ধ্যার গন্ধ যদি ছোট শিশু বা রোগীর শরীরে নিখাস দ্বারা প্রবেশ করে, তাহা হইলে শিশুটি বা রোগীর জন্মানক সঙ্কট উপস্থিত হইতে পারে। তাহারা সেই জন্য

আপন বাস গৃহের জনালা রাখে না। সকলের ঘরই একেবারে বন্ধ, ঘরে অন্ধকার, তাহার মধ্যে আবার খুব মোটা কাপড়ের মশারি। সেই মোটা কাপড়কে ছালা বলিলেও অত্যাক্তি হয় না। সেই মশারির মধ্যে রোগী ও সুস্থ ব্যক্তি থাকে, শিশু একটু বড় হইলে টুকরী হইতে মশারির মধ্যে নীত হয়। ঘরের খিড়কীর পরিবর্তে এক একটা গোলাকার বড় ছিদ্র থাকে।

কোন জিনিষ ভাজা ও সম্বার গন্ধে জর, চক্ষের পীড়া, গা ফুলা, ঘা বৃদ্ধি, কাশির পীড়া ইত্যাদি হয় বলিয়া বর্ম্মারা অসম্বার ব্যঞ্জন খায়। এবং ভাজার পরিবর্তে মাংস ও মৎস্তাদি পোড়াইয়া খায়। কোন পরব উপলক্ষে কোন মৎস্ত বা পিঠাদি ভাজিবার প্রয়োজন হইলে, তাহারা গ্রামের বাহিরে কোন স্থানে চুলা করে এবং বাটীর বৃদ্ধা বা অথ কোন স্ত্রীলোক তথায় গিয়া উহা ভাজে। বৃদ্ধা বাওয়ার মর্ম্ম এই যে, ভাজার গন্ধে তাহার মরণ হইলেও বড় ক্ষতি নাই। এই জন্তই বর্ম্মাদের বাটীর নিকট কোন ভারতবাসীকে তাহারা স্থান দিতে চাহে না। কারণ ভারতবাসীরা বিনা সম্বার কোন তরকারী খায় না। যদি কোন ভারতবাসী এইরূপ কোন সম্বার দেয়, বা কোন জিনিষ ভাজে, তখন বর্ম্মারা নাকে কাপড় দিয়া পালায় এবং বাটীতে কোন রোগী থাকিলে, তাহার মুখ কাপড় দিয়া ঢাকিয়া রাখে, কেহ কেহ সহ্য করিতে না পারিয়া বরং বগড়া আরম্ভ কর। বর্ম্মণী-গণও ভূতের ভয় করে। সেই জন্ত তাহারা ছোট শিশুকে হাঁসপাতালে বা তাহার নিকট আনিতে চাহে না। কারণ বিশ্বাস এই যে, হাঁসপাতালে বত লোক মরে, সকলই ভূত হয়।

কাদ! এখন তুমি কি মনে করবে, বর্মীদের দৃষ্টান্ত  
আমরা এ বিষয়ে অবলম্বন করিতে পারি?

কাদ। না মা, তা কখনই না। ভাজার গন্ধে পীড়া হয়,  
এমন কথা আর শুনি নাই।

জ্ঞা। তা বলি কি হয়, দেশাচার। বর্মীদের মধ্যে যাহারা  
ইংরাজী লেখা পড়া জানে, তাহারাও ঐরূপ বিশ্বাস করে। •

কাদ। হাঁ মা, অনেক শিখিলাম। দেশাচারের হাত  
এড়ান বড় দায়। সুশিক্ষা তাহার কাছে হার মানেন।

শিশুর পেটের অসুখ হইলে কি করিবে?

জ্ঞা। পেটের অসুখ কত প্রকার আছে, তবে আমাদের  
দেশের লোক সচরাচর পাতলা ভেদ হইলে বা বদ হজমি দ্রুপ  
ঘন ঘন বাছে হইলে, তাহাকে পেটের অসুখ বলিয়া থাকে।  
আর যখন ঘন ঘন বাছের বেগ হয়, কিন্তু ভাগ বাছে হয় না,  
কখনও একটু মলের সঙ্গে আম ও কতক রক্ত মিশ্রিত হইয়া  
পড়ে, অত্যন্ত বেগ দেয়, ও পেটে বেদনা থাকে, তখন তাহাকে  
আমাশয় রোগ বলে।

যদি ছ্যাকড়া ছ্যাকড়া বাছে হয়, মলের রং সবুজ বা কালচে  
কালচে হয়, মলে অত্যন্ত দুর্গন্ধ থাকে, তখন চা খওয়ার  
চামচের অর্দ্ধ বা এক চামচ রেড়ির তেল খাওয়াইয়া দিলে  
পেটের দূষিত মল নির্গত হইয়া গেলে সহজেই পেটের অসুখ  
আরাম হইতে পারে। ইহাতে যদি অসুখ আরাম না হয়,  
তবে এই ঔষধ দিবে। ইহাকে চক মিক্চার বলে।

চাখড়ি চূর্ণ (খটিকা চূর্ণ)

১০ তোলা

বাবলার আঁটা

৭ রতি

• চিনির রস.

১॥ তোলা

দারুচিনি ভিজান জল যতটুকু দরকার হয়।

প্রথমতঃ বাবলার আঁটার সঙ্গে খটকা চূর্ণ উত্তমরূপে মিলাইয়া পরে চিনির রসের সঙ্গে মিলাইবে, অবশেষে দারুচিনির জলের সঙ্গে মিলাইয়া একটা বোতলে পুরিয়া তাহার গায়ে লিখিয়া রাখিবে, এবং উহা কি রোগে এবং কত পরিমাণ কত সময় অন্তরে দিবে, তাহাও লিখিতে ভুলিবে না।

এই ঔষধ শিশুর বয়স অনুসারে ছোট চামচের অর্দ্ধ চামচ হইতে বড় চামচের এক চামচ পর্য্যন্ত প্রতি দিন, চারি বা ছয় ঘণ্টাস্তে খাওয়াইবে। এরূপ সময়ের অনির্দিষ্টতার সম্বন্ধে একটু আপন বুদ্ধি খাটাইতে হইবে, কেন না যদি খুব ঘন ঘন বাহে হয়, তার ঔষধিও ঘন ঘন দিবে ইত্যাদি।

শিশু বা কোন রোগীর পেটের অস্ব্থের চিকিৎসা করিতে হইলে রোগীর পথ্যের সুব্যবস্থা করিবে। কারণ তুমি হাজার ঔষধ খাওয়াইলেও যদি তুমি কুপথ্য দাও, তাহা হইলে কখনই চিকিৎসায় সফল পাইবে না।

কাদ্দ। কুপথ্য কেমন ?

জ্ঞা। আমরা সচরাচর যে খাদ্য খাই, পেটের অস্ব্থ হইলে তাহাই কুপথ্যরূপে দাঁড়ায়। কারণ পরিপাক ক্রিয়ার ব্যাঘাত হওয়াতেই পেটের অস্ব্থ হয়, অর্থাৎ পাকযন্ত্রগুলি পীড়িত হয়, তখন তাহার সচরাচর ব্যবহারের খাদ্য পরিপাক করিবার ক্ষমতা থাকে না। যেমন তুমি সুস্থাবস্থায় যে কার্য্য করিতে পার, পীড়িত হইলে তাহা পার না। সেইরূপ পেটের অস্ব্থ হইলে লঘুপাক খাদ্য খাইতে দিবে, নচেৎ পেটে বেদনা হইবে,

এবং খাদ্য অজীর্ণ অবস্থায় পেটের মধ্যে ভগ্নানক, উদেগ জন্মা-  
ইয়া আরো ঘন ঘন বাহ্যে হইতে থাকিবে। বুঝিলে কিনা ?

কাদ । বুঝিলাম । তবে শিশু পীড়িত হইলে কি খাদ্য দিবে ?

জ্ঞা । স্তন্যপায়ী শিশুর মাতাকে খুব সাবধান মত থাকা  
উচিত । মাতা কোন দুপ্পাচ্য দ্রব্য খাইলে নিশ্চয় ছেলের  
অনিষ্ট হইবে । ছোট শিশুকে যদি গাইয়ের দুধ খাওয়ান  
হয়, তাহা হইলে দুধ খুব পাতলা করিয়া, তাহার সঙ্গে অল্পমাত্রায়  
চূণের জল মিশাইয়া দিবে । পেটের অসুখ খুব বেশী হইলে  
গাইয়ের দুধ দিবে না, এরাকট পাতলা করিয়া পাক করিয়া  
একটু লবণের সঙ্গে মিশাইয়া বা মাগু খুব পাতলা করিয়া রাধিয়া  
ছাঁকিয়া অল্প মাত্রায় দেওয়া যায় । শিশু বড় হইলে বাগি,  
মাগু, এরাকট প্রভৃতি দিবে । মলে টক্ টক্ গন্ধ থাকিলে,  
এই সকল পথ্যের সঙ্গে একটু চূণের জল মিশাইয়া দিবে ।

কাদ । তাহার পর ?

জ্ঞা । তাহার পর মলের রং যদি যদি সাদা হয়, তাহা হইলে  
মনে করিবে যে, শিশুটির যকৃতের কার্য্য ভাল হইতেছে না ।  
তখন এই ঔষধ দিবে ।

চাখড়ি ( খড়িচূর্ণ )	—	—	৫ তোলা
পারদ	—	—	২৥ ”

এই ঔষধ ঘরে প্রস্তুত করা সকলের পক্ষে সম্ভবপর হই-  
বেনা, সুতরাং ডাক্তার খানা হইতে খরিদ করাই ভাল ।

এই দুই দ্রব্য উত্তম রূপে একটা থলে ফেলিয়া মাড়িয়া  
বেশ করিয়া মিলাইবে, যেন সমস্ত ঔষধটী ধূসর বর্ণ ধারণ  
করে এবং পারার কোন চিহ্ন না থাকে ।

কাদ । ও মা, এতটুকু ছেলেকে পারা খাওয়াইব ? পারার নামে লোকে ভয় পাইবে ।

জ্ঞা । পারা সম্বন্ধে লোকের একটা বড় ভুল সংস্কার আছে । যেমন কুইনাইনের ব্যবহার না জানিয়া কুইনাইনের অপবাদ রটান হয়, পারা সম্বন্ধেও সেই প্রকার । এ সকল ঔষধের অপব্যবহার,\* কেবল পাড়াগেয়ে হাতুরেদের হাতে । বিজ্ঞ লোকের হাতে কখনই হইতে পারে না । কুইনাইন যেমন ম্যালেরিয়া-নাশক, পাড়া তেমনি উপদংশ ( গরমির রোগ ) নাশক । পারা ভিন্ন এই ব্যাধি শরীর হইতে নির্গত করার অথ কোন ঔষধ নাই । আনাড়ি লোক মাত্রা ব্যবহারের লক্ষণ না জানিয়া বিষাক্ত মাত্রায় খাওয়ায়, তাহাতেই রোগীর গলায় ও মুখে ঘা হয়, দাঁত পড়িয়া যায়, অনেকের জিহ্বায় পর্য্যন্ত ঘা হওয়ায় ভয়ানক কষ্ট পায় । রোগীর শরীরকে পারা দ্বারা এমন বিষাক্ত করিয়া তোলে যে আজীবন এই পারা দ্বারা চিকিৎসার ফল ভোগে ।

কাদ । পারার ব্যবহার তবে কি করিয়া করা উচিত ?

জ্ঞা । পারা-ঘটিত ঔষধ অনেক প্রকার । তাহার যে যে মাত্রা নির্দিষ্ট আছে, তাহা অপেক্ষা অর্দ্ধ মাত্রায় ব্যবহার করিবে । যখন দেখিবে যে, মুখ হইতে থু থু বেশী মাত্রায় নির্গত হইতেছে এবং মাড়িতে বেদনা বোধ করিতেছে, তখন বুঝিবে যে, পারার কার্য্য আরম্ভ হইয়াছে । তখন দুই চারি দিনের জন্য ঔষধ বন্ধ করিয়া দিবে । ঐ লক্ষণগুলি সারিয়া গেলে পুনরায় আরম্ভ করিবে ।

কাদ । হাঁ বুঝলাম । শিশুদের গরমী হয় নাই, তবে



তাহাদের পারা-ঘটিত ঔষধ খাওয়াইলোঁ ত কতি হইতে পারে।

জ্ঞা। বেশ কথা। পিতৃ মাতৃ দোষে সদ্যজাত শিশুদেরও গরমীর পীড়া হইতে পারে। পারার সঙ্গে খড়ি মিলিত হইয়া দুই ঔষধের রোগে এক ভিন্ন গুণ ধারণ করে। ইহা অল্প মাত্রায় খাওয়াইলে পেটের অসুখ আরাম হয় এবং যকৃতের কার্য স্বচাক্রুপে সুসম্পন্ন করে। অবশ্য বেশী মাত্রায় দিলে নিশ্চয়ই পারার দোষের লক্ষণ প্রকাশ পাইবে। শিশুটির পিতৃ মাতৃ কৃত গরমীর দোষ না থাকিলে, পারা-ঘটিত অন্য কোন ঔষধ দিবে না।

কাদ। শিশুদের কি বয়সে কত পরিমাণে ঔষধ দেওয়া যায়?

জ্ঞা। ঔষধ প্রয়োগের সামান্য একটা হিসাব তোমাকে বলিয়া রাখি। সচরাচর বিশ বৎসর পূর্ণ মাত্রা ধরিয়া যদি কোন ঔষধ ১০ রতি দেওয়া যায়, তবে ১০ বৎসর বয়সের ছেলে-কে ৫ রতি পরিমাণে দিবে। এক হইতে ২ বৎসর পর্য্যন্ত অর্দ্ধ রতি হইতে এক রতি দেওয়া যায়। ৬ মাসের ছেলেটিকে সিকি রতি এবং দুই কি তিন মাসের ছেলেকে এক রতির আট ভাগের এক ভাগ দেওয়া যায়। এই বলিলাম, মোটামুটি হিসাব। তবে সময় সময় আপন বুদ্ধি খরচ করিয়া ইহার একটু কম বেশী দিলে কোন অনিষ্ট হয় না। এখন বুঝলে?

কাদ। হাঁ বেশ বুঝিলাম। পারা-ঘটিত চূর্ণ কি মাত্রায় দিবে?

জ্ঞা। পারদ-ঘটিত চূর্ণকে ডাক্তারেরা থ্রে পাউডার বা

ধূসরবর্ণ চূর্ণ বলে । \* পূর্ণ বয়সে ইহার ১ রতি হইতে ২৥ কি তিন রতি পর্য্যন্ত দেওয়া যায় । এক বৎসরের ছেলেকে এক রতির ৩০ হইতে ২০ ভাগের এক ভাগ দেওয়া বাইতে পারে ।

কাদ । এত অল্প মাত্রায় কি প্রকারে ব্যবহার করা যায় ? তাহা হইলে হাতেও লাগিবে না ।

জ্ঞা । হাঁ এত কম মাত্রায় বলিয়াই কল হয় । বেশী মাত্রায় অনিষ্ট হয় । পারদ-বটিত চূর্ণ স্বতন্ত্র দেওয়া বাস্তবিকই অসুবিধা । ইহার সঙ্গে সুগন্ধিযুক্ত খটিকাচূর্ণ মিলাইয়া ডাক্তারেরা দিয়া থাকেন, তাহা এই—

দারুচিনি চূর্ণ	১০ তোলা
জায়ফল চূর্ণ	৭৥ তোলা
লবঙ্গ চূর্ণ	৩৬০ তোলা
এলাচি চূর্ণ	২৥ তোলা
পারিকার চিনি	১২১০ ছটাক
খটিকা-চূর্ণ	৫৥ তোলা

এই সমস্ত দ্রব্য একত্র মিলাইয়া সুন্দর চূর্ণ প্রস্তুত করিবে । এবং একটা বোতলে পুরিয়া পূর্ববৎ রাখিবে ।

এই সুগন্ধি খটিকা-চূর্ণকে ডাক্তারেরা এরোমেটিক চক্-পাউডার বলিয়া থাকেন । ইহাও পেটের অসুখের অব্যর্থ ঔষধ । এই ঔষধে পূর্ণ মাত্রায় ১০ হইতে বিশ, ত্রিশ রতি দেওয়া যায় । শিশুদের বয়সানুসারে বতটুকু ইহা দিবে এবং যে কয়েক বারের ঔষধ দিতে ইচ্ছা কর, তাহা হিসাব করিয়া ওজন করিয়া লইবে এবং সেই পরিমাণে পারদচূর্ণ ওজন করিয়া ঐ খটিকা-চূর্ণের সঙ্গে মিলাইয়া তত ভাগ করিয়া লইলেই কোন অসুবিধা হইবে না ।

কাদ । মা বুঝিলাম না, দৃষ্টান্ত দিয়া বল ।

জ্ঞা । কেন বোঝ না, বলিতে পারি না । মনে কর এক বৎসরের একটা ছেলের ঔষধ দিতে হইবে । সুগন্ধ খটিকাচূর্ণ এক রতি মাত্রায় ২০ বারের জন্ত ২০ রতি লইবে এবং পারদ খটিকা-চূর্ণ এক রতির বিশ ভাগের এক ভাগ হিসাবে বিশ বারের জন্ত এক রতি লইয়া সুগন্ধি খটিকা-চূর্ণের সঙ্গে মিলাইয়া বিশ ভাগ করিয়া বিশটা পুরিয়া প্রস্তুত করিয়া রাখিবে এবং ইচ্ছামত ব্যবহার করিবে । এখন বুঝলে কি না ? ইহাতে ছোট-ছেলেপিলের কোষ্ঠ বন্ধ হইবে ।

কাদ । হাঁ মা, এখন বেশ বুঝিলাম । ইহাতে আরাম না হইলে ডাক্তার কবিরাজের সাহায্য লইতে হইবে ?

জ্ঞা । হাঁ ঠিক । তার পর আমাশয়ের গীড়া হইলে বিলম্ব না করিয়া, অল্প মাত্রায় একটু ক্যাষ্টার-অয়েল খাওয়াইয়া দিলে খুব ফলদায়ী হয় । অনেক সময় অল্প কোন ঔষধের সাহায্য লইতে হয় না ।

কাদ । ক্যাষ্টার-অয়েলে যে গন্ধ, তাহা ছেলেপিলের মুখে দিলে ভ্রাকার করিয়া ফেলিবে । তাহার গন্ধ নিবারণের ঠিক অল্প উপায় নাই ?

জ্ঞা । হাঁ ঠিক, ঐ তেলের গন্ধটা বড় বিকট । কিন্তু সে গন্ধ নিবারণের উপায় আছে । ক্যাষ্টার-অয়েলের সঙ্গে একটু ছুখ মিলাইয়া দিলে তাদৃশ গন্ধ পাওয়া যায় না, বা একটু বাব-ল্যার আটার গম্বের সঙ্গে বেশ করিয়া মিলাইয়া একটু মোরি তিজান জলের সঙ্গে দিলে সর্বাপেক্ষা ভাল ।

কাদ । হাঁ বেশ উপায়টী, মনে রাখিতে চেষ্টা করিব ।

ক্যাটোর-অয়েলে যদি আমাশয় ভাল না হয়, তবে কি করিবে ?

জ্ঞা। আমাশয় রোগের চিকিৎসা অনেক রকম আছে, আবার সকল ডাক্তারের মত এ বিষয়ে মেলে না। আমাশয় পীড়া যে কেন উৎপন্ন হয়, তাহার কারণ এখনও জানা যায় নাই। সচরাচর যে রোগকে আমরা আমাশয় বলি, বিচক্ষণ ডাক্তারেরা বলেন, তাহা নাকি প্রকৃত আমাশয় নহে। আমাশয়ের মলে নাকি এক প্রকার কীটাদি দেখিতে পাওয়া যায়, অণুবীক্ষণ যন্ত্রদ্বারা ডাক্তারেরা তাহা পরীক্ষা করিয়াছেন। বড় বড় ডাক্তারেরা বলেন যে, সচরাচর যাহাকে আমাশয় বলা যায়, তাহা চিকিৎসা করিতে হইলে কেবল রোগীর পথ্যের প্রতি সাবধান হইলেই অনেক সময় উহা আরাম হয়।

ইপিকাক্ নামক ঔষধের চূর্ণ আমাশয়ের মহা ঔষধ। কেবল ইহা দ্বারা ছোট শিশুকে চিকিৎসা করা বড়ই অসুবিধা। এক বৎসর বয়সের শিশুকে নিম্নলিখিত ঔষধ দেওয়া বাইতে পারে।

ডোবার্স্ পাউডার	একরতি ( ২ গ্রেণ )
বিস্মথ্ সল্বনাইট্রেট	৪ রতি ( ৮ গ্রেণ )
সোডা বাইকার্ব	২ রতি ( ৪ গ্রেণ )

এই কয়েকটা দ্রব্য একত্র মিলাইয়া ৮টা পুরিরা প্রস্তুত করিবে। ইহার এক একটা পুরিরা প্রতি তিন বা চারি ঘণ্টা-স্তর দিলে বড় উপকার হয়। শিশুর পথ্য হৃদয়ের সঙ্গে চূর্ণের জল মিলাইয়া দিবে। পেটে ঠাণ্ডা না লাগে তত্ক্ষণ এক খানা ক্রানেল বাধিয়া রাখিবে। অন্ত কোন পথ্য একবারে দিবে না।

উত্তম পাকা কলা অনেক ডাক্তার আমা শরীরে যোগীকে খেতে দেন ।

কাদ । মা, ডোবারস্ পাউডার কি ?

জা । আফিং, ইপিক্যাক চূর্ণ ও সলফেট অব পটাশ নামক ঔষধ মিলাইয়া উহা প্রস্তুত হয় । ডাক্তারখানায় উহা পাওয়া যায় ।

কাদ । এত ছোট ছেলেকে আফিং খাওয়াইলে যদি কোন অনিষ্ট হয় ?

জা । ঠিক কথা । ছোট ছেলেদিগকে আফিং-ঘটিত ঔষধ সহজে ব্যবহার করিবে না । তবে নেহাত অল্প ঔষধে রোগ আরাম না হইলে, বাধ্য হইয়া আফিং-ঘটিত ঔষধ ব্যবহার করিতে হয় । সেই জন্য এত অল্প মাত্রায় ব্যবস্থা দিলাম । ৫ রতি বা ১০ গ্রেণ ডোবারস্ পাউডারে ১ গ্রেণ বা অর্দ্ধ রতি আফিং আছে । আফিংয়ের মাত্রা পূর্ণ বয়সে সিকি রতি হইতে এক রতি পরিমাণে দেওয়া যায় । কিন্তু শিশুদিগের ঔষধ দেওয়ার যে হিসাব বলিয়াছি, আফিং-ঘটিত ঔষধে সেই হিসাব অপেক্ষাও কম মাত্রায় দিবে । কারণ, শিশু-শরীরে আফিং সহ হয় না । আমি সেই জন্যই এক বৎসরের ছেলেকে ১ রতির আশি ভাগের এক ভাগ বা এক গ্রেণের চল্লিশ ভাগের এক ভাগ আফিং ব্যবস্থা দিলাম ।

কাদ । মা হিসাবটা কি করিয়া করিলে ?

জা । কেন হিসাবত বড় শক্ত নয় । যদি ১০ গ্রেণে এক গ্রেণ আফিং থাকে, তাহা হইলে ১ গ্রেণ ডোবারস পাউডারে এক গ্রেণের দশ ভাগের একভাগ আফিং থাকিবে । আমি

যখন পুরিয়াতে মাত্র ৮ গ্রেণ ডোবারস পাউডার দিয়াছি, তাহা হইলে প্রতি পুরিয়াতে মাত্র সিকি গ্রেণ পাউডার পড়িল। আচ্ছা, এখন দেখ, ১ গ্রেণে যদি দশ ভাগের এক ভাগ আফিং থাকে, তবে সিকি গ্রেণে ৪০ ভাগের এক ভাগ আফিং থাকিবে। কেমন হিসাবটা বুঝলে ?

কাদ। হাঁ, এখন বুঝিলাম।

জা। কিন্তু এক কথা। এক বৎসর বয়সের নীচে কোন শিশুকে আফিং-বাটিত ঔষধ আদতেই দিবে না।

কাদ। তাহাদের কি ঔষধ দিব ?

জা। তাহাদের ডোবারস পাউডারের পরিবর্তে কেবল ইপিক্যাক চূর্ণ<sup>১</sup> মিলাইয়া দিবে। ইপিক্যাক চূর্ণ<sup>১</sup>তে বমন হয়। সুতরাং সাবধান হইবে, কিন্তু অল্প কোন ভয় নাই।

কাদ। বিসমথের পূর্ণ মাত্রা কি ?

জা। ২৮ রতি হইতে ১০ রতি পর্যন্ত দেওয়া যায়। আর ইপিক্যাক অর্দ্ধ হইতে এক কি দেড় রতি পর্যন্ত দিলে কোন অসুখ বোধ হয় না, ইহার বেশী দিলে গা জ্বাকার ২ করে। তবে ডাক্তারেরা, আমাশয়ের রোগীকে পূর্ণ বয়সে ১০ রতি পর্যন্ত দিয়া থাকেন। কিন্তু ইহা দেওয়ার পূর্বে বমি না হওয়ার অল্প আফিংয়ের আরক খাওয়ান এবং পেটের ঝাঁকুনির রাইয়ের পলাতারা দিয়া থাকেন।

কাদ। তার পর ?

জা। আর একটা সহজ ঔষধ বলিয়া রাখি। হোলা খিতে ভাজিয়া বেশ মোলাস চূর্ণ করিয়া পাতলা ন্যাকড়া দিয়া হাকিয়া একটা বোতলে পুরিয়া পূর্ববৎ রাখিবে। ইহার হই

কি চারি রতি পরিমাণ লইয়া দুধের সঙ্গে মিশাইয়া ছোট শিশু-দিগকে খাওয়াইলে বড় উপকার হয়। ঝিলাতি একজন বড় ডাক্তার ইহা দ্বারা অনেক রোগী আরাম করিয়াছেন। আর একটা সুষ্টিযোগ বলি। 'খান্‌কুনির পাতার রসের সঙ্গে জারফল ও আকিং যষিরা নাভির চতুঃপার্শ্বে প্রলেপ দিলে উপকার হইতে পারে।

কাদ। বা বেশ সুষ্টিযোগ ত ? তারপর ?

জ্ঞা। তারপর অরের চিকিৎসা। অর হইলে দেখিবে, কোষ্টবদ্ধ আছে কি না। কোষ্টবদ্ধ থাকিলে তেলের জোলাপ দিবে। অর যদি বিচ্ছেদ না হয়, তবে অর-বিচ্ছেদের ঔষধ এই ঔষধ দিবে।

ফিবার মিক্‌চার।

লাইকার এমনিয়া এসিটেটিস্	১ তোলা (তিন ড্রাম)
স্পীট্ ইথার নাইট্রোসাই	৪৫ ফোটা (মিনিম)
নাইট্রেট অব পটাশ (সোরা)	১৫ রতি (৩০ গ্রেণ)
ক্যামপার ওয়াটার (কর্পূরের জল)	৭৥ তোলা ( ৩ আউন্স)

এই ঔষধ ডাক্তারখানার পাওয়া যায়। চারের চামচের অর্দ্ধ চামচ হইতে বয়সানুসারে এক বা ততোধিক-মাত্রায় প্রতি তিন ঘণ্টা বাদে খাওয়াইবে। তাহাতেও অর বিচ্ছেদ না হইলে, ফিনাসিটিন নামক ঔষধের এক রতির আট ভাগ হইতে ৪ চারি ভাগের এক ভাগ পর্য্যন্ত বা তাহার অধিক মাত্রায় (বয়সানুসারে) ঐ মিক্‌চারের সঙ্গে দিলে অর নিশ্চয় বিচ্ছেদ হইবে।

কাদ। অর যদি ইহাতেও বিচ্ছেদ না হয়, তবে কি করিবে ?

জা। ইহাতে বিচ্ছেদ না হইলে এবং যদি শরীরের তাপ অত্যন্ত অধিক হয়, অর্থাৎ ১০৪ বা ১০৫ ডিগ্রি হয়, তাহা হইলে মাথায় ঠাণ্ডা জলের পটি দিবে এবং প্রয়োজন হইলে ছেলেটিকে বেশ করিয়া স্নান করাইয়া দিলে শরীরের তাপ তৎক্ষণাৎ কমিয়া যাইবে ।

কাদ। ওমা, সেকি, অতটুকু ছেলেকে অর-গারে স্নান করাইয়া দিলে তৎক্ষণাৎ বিকার হইয়া ছেলেটা মারা যাইবে না ত ?

জা। কাদখিনী, তুমি অরগারে নাওয়ারনের কথা শুনিয়া কেন চমকিয়া উঠিলে ? অরগারে সাবধানে নাওয়াইতে পারিলে কোন ভয় নাই, বরং সকালে ২ অর আরাম হয় ।

কাদ। কি প্রকার নাওয়াইতে হইবে ?

জা। প্রথমতঃ ছেলেটিকে এক খানা পিড়ি বা জল-চৌকির উপর শোয়াইবে । পরে একটা গামলায় করিয়া দ্বিগুণ উষ্ণজল ( তাপমান যন্ত্রের ১০০ ডিগ্রি তাপের ) রাখিবে, ও একটা ছোট বাটিতে জল লইয়া ছেলেটার গারে ঢালিতে আরম্ভ করিবে । ক্রমে আস্তে আস্তে মাথা হইতে পা পর্য্যন্ত জল ঢালিতে থাকিবে । অপেক্ষাকৃত শীতল জল ক্রমে ব্যবহার করিতে থাকিবে । প্রয়োজনানুসারে, ৫ মিনিট বা ১০ মিনিট পর্য্যন্ত এই প্রকার জল ধরাণী করিয়া রোগীর গা মোছাইয়া পরিষ্কার কাপড় দ্বারা আচ্ছাদন করিয়া রাখিবে । পরে তাপমান যন্ত্র দ্বারা অর পরীক্ষা করিয়া দেখিলে বৃদ্ধিতে পারিবে, কত ডিগ্রি কমিয়াছে । কখন কখন এরূপ দেখা গিয়াছে যে, স্নান করানোর পরও অর বেশী কমে না, হয় ত হই কি এক ডিগ্রি কমিয়াই



কণকাল পরে পুনরায় পূর্ববৎ বৃদ্ধি হয়। সেই জন্ত অন্ন পরীক্ষা করিয়াই প্রয়োজন হইলে অন্ন বিচ্ছেদের ঔষধ দিবে।

কাদ। অন্ন বিচ্ছেদ যদি হয়, তবে কি করিব ?

জ্ঞা। অন্ন বিচ্ছেদ হইলে কুইনাইন মিশ্রণ দিবে। কুইনাইন মিশ্রণ এই রকমে প্রস্তুত করিতে হইবে।

কুইনাইন ৫ গ্রেণ ( ২১ রতি )

ডাইলিউট্ সলফুরিক এসিড ১০ মিনিম ( ১০ কোঁটা )

পরিষ্কার জল ১ আউঞ্চ ( ২১ তোলা )

এই ঔষধ শিশুর বয়সানুসারে অর্ধ হইতে এক চামচ পর্য্যন্ত প্রতি দুই বা তিন ঘণ্টান্তর খাইতে দিবে। অন্ন বিচ্ছেদ কালেই এই ঔষধ দিবে। এক দিনে তিন বা চারবারের অধিক সচরাচর দিবে না। এই ঔষধ একবার বা দুইবার খাওয়ানোর পর আবার অন্ন বৃদ্ধি হইতে দেখা যাইতে পারে। কারণ শক্ত অবিরাম অন্ন প্রায়ই ঔষধ দ্বারা বিচ্ছেদ হইয়া পুনরায় বৃদ্ধি হইতে দেখা যায়। অন্ন বৃদ্ধি হইলে পুনরায় পূর্ববৎ অন্ন-বিচ্ছেদের ঔষধ প্রয়োগ করিবে।

কাদ। ডাইলিউট্ সলফুরিক এসিড বোধ করি ডাক্তার-খানার পাওয়া যায়। এমন স্থান আছে, যেখানে উহা মেলে না, তখন কি করিব ?

জ্ঞা। তখন শুধু কুইনাইন একটু লেবুর রসে গুলিয়া জল মিলাইয়া পূর্ববৎ দিতে পার। অন্ন বিচ্ছেদের কিবার মিশ্রণের উপকরণ না পাইলে, শুধু কিনাসিটিন বা এন্টি-কেন্সিণ নামক ঔষধ ব্যবহার করিলেও তাহাতেও বেশ অন্ন বিচ্ছেদ হয়।

কাদ। হাঁ বুঝিলাম। বা, তুমি বলিলে যে তাপমান বর ও ডিগ্রি, সে কি ?

জ্ঞা। তুমি কি দেখে নাই ? ডাক্তারেরা যে থারমোমিটার দিয়ে অর পরীক্ষা করে, তাহাকেই তাপমান-বস্ত্র বলে ।

কাদ। হাঁ দেখিরাছি । উহা দ্বারা অর কি করিয়া পরীক্ষা করে ?

জ্ঞা। উহা একটা কাঁচের শলাকা মাত্র । উহার নিম্ন ভাগে পারা আছে এবং উহার মধ্যে খুব সরু আলম্ব ছিদ্র আছে । উহার যে অংশে পারা থাকে, তাহা বগলের ভিতর বা মুখের ভিতর রাখিলে শরীরের উত্তাপে ঐ পারা উর্দ্ধে উঠিতে থাকে । বাহার শরীরে যত উত্তাপ, ঐ পারা তত উর্দ্ধে উঠে । এখন দেখিতে পাইবে, ঐ কাঁচ শলাকাটিতে ৯৫ হইতে ১১০ সংখ্যা পর্য্যন্ত লেখা আছে । আবার ঐ এক এক ভাগ পুনরায় ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র পাঁচ ভাগে বিভক্ত । তাহার এক এক ভাগকে দশমিক ছই বলিয়া ধরা হয় । এখন স্বাভাবিক শরীরের তাপ ৯৮-৪ এই বলিয়া ধরা হয় । ঐ তাপমান বস্ত্রের পারা যদি ৯৮ বা ৯৯ পর্য্যন্ত উঠে, তাহা হইলে অর নাই, মনে করা বাইতে পারে । ইহার উপরে যত উঠিবে, তত ডিগ্রি অর মনে করিবে । বুঝিলে কিনা ?

কাদ। আচ্ছা যদি ঐ পারা ১০২ এবং তাহার পর ছোট ছই দাগ পর্য্যন্ত দেখা যায়, তখন কত মনে করিব ?

জ্ঞা। তখন ১০২.৪ একশ ছই, দশমিক চারি ডিগ্রি অর হইরাছে, মনে করিবে ।

কাদ। হাঁ বুঝিলাম । থারমোমিটার বগলে কতক্ষণ রাখিব ? এবং অর কত ডিগ্রি পর্য্যন্ত হইতে পারে ?

জ্ঞা। থারমোমিটার অনেক প্রকার আছে । অর্ধ মিনিট

হইতে ৫ মিনিটওরালা ধারমোমেন্টার আছে। তেঁমরা সচরাচর অন্ততঃ পাঁচ মিনিট পর্য্যন্ত বগলে বা মুখে রাখিবে।

অর ১১০ ডিগ্রি বা তাহারও উপর উঠিতে পারে, কিন্তু তাহাতে লোক বড় বাঁচে না। সচরাচর ১০০, ১০১, ১০২, ১০৩, ১০৪, ১০৫ পর্য্যন্ত হইয়া থাকে। ১০৫ ডিগ্রির উপর পারা উঠিলে, সে অর খুব ভারি বলিয়া মনে করিবে। তাহা হইলে অত্যন্ত সাবধান ও যত্নের সহিত চিকিৎসা করিবে। এই প্রকার হইলে ডাক্তার ডাকা নিতান্ত প্রয়োজন। ১০৬, ১০৭, বা ততোধিক হইলে রোগী প্রায়ই অজ্ঞান হয়।

কাদ। বুঝিলাম।

জা। কোন কোন ধারমোমেন্টার ব্যবহার দোষে ধারাপ হইয়া যায়। তাহার পরীক্ষা করিয়া দেখিবে। বগল বা মুখের মধ্যে উহা যখন থাকে, তখন পারা নিয়মিতরূপে শরীরের তাপ অনুসারে উঠে, কিন্তু যদি বগল বা মুখ হইতে সরাইয়া আনা যায়, তৎক্ষণাৎ ঐ পারা নামিয়া যায়। অজ্ঞানলোকে উহা বুঝিতে না পারিয়া অর নাই বলিয়া ভুল বোকে।

কাদ। উহার কারণ কি ?

জা। উহার কারণ এই যে, তাপমান বস্তুর যে স্থানে পারা থাকে, তাহা এবং তাহার উপরিভাগে আলম্ব হিত্র মধ্যে অর পারা দেখা যায়। এই দুই পারার মধ্যে কতকটা স্থান শূন্য বা খালি থাকে। উহা ংঘরাই পারা উঠিলে তাহা সেই স্থানেই থাকে এবং কঁকি দিয়া নামাইলে নামে, নচেৎ নহে। যে ধারমোমেন্টারে ঐ শূন্য স্থান নাই, তাহার পারা তাপ ধারা উঠে এবং

বগল হইতে সরান মাজই নীচে নামিয়া যায়। কেমন, কোন সন্দেহ আছে ?

কাদ। হাঁ বুঝিলাম। সবিরাম জরের চিহ্নসি কি প্রকার ?

জ্ঞা। সবিরাম জরের চিহ্নসি খুব সহজ। জরের সঙ্গে ফিবার মিশ্রণ দিবে। বিনা ঔষধ দ্বারাও এই জ্বর বিচ্ছেদ হয়। কেবল দেখিবে, কোষ্ঠ পরিষ্কার আছে কি না। তাহা না থাকিলে কোষ্ঠ পরিষ্কারের ঔষধ দিবে। জ্বর বিচ্ছেদের সময় কুইনাইন দিবে। ইহা দ্বারা জ্বর আরাম হইবে। পীহা ও যকৃত বৃদ্ধি থাকিলে, পীহা ও যকৃতের উপর লাল মলম অন্ন মাত্র লাগাইবে। কিন্তু ছোট শিশুকে ইহা প্রয়োগ করিবে না, কারণ ইহা প্রয়োগ করিলে চামড়ায় ফোকা পড়ে ও যা হয়।

কাদ। লাল মলম কি ? তাহা কি প্রকারে প্রস্তুত হয় ?

জ্ঞা। উহা প্রস্তুত করিতে হইলে—

রেড আইডাইড্ অব্ মার্কুরী ১৬ গ্রেঃ (৮ রতি)

মোমের মলম ১ আউঞ্চ (২৫ তোলা)

একত্র মিলাইয়া লইবে। কিন্তু তামরা ইহা প্রস্তুত না করিয়া ডাক্তারখানা হইতে খরিদ করিয়া লইবে। বালক বালিকাদিগকে ব্যবহার করিতে হইলে মলমের এক ভাগ ও মোম ৩ ভাগ একত্র একত্র মিলাইয়া লইবে। নচেৎ অত্যন্ত বজ্রণা হইবে, সাবধান।

কাদ। ছোট শিশুদিগকে ব্যবহার করিতে হইলে কোন্ ঔষধ ভাল ?

জ্ঞা। টিংচার আইডিন নামক ঔষধ ফুলি দ্বারা প্রলেপ

দিলে বিশেষ উপকার হয়। ইহাও রোজ প্রলেপ দিলে চামড়া উঠিয়া যায়। কিন্তু তাহাতে মলমের মত কষ্ট হয় না।

কাদ। আর কি ভাল ?

জা। সর্বাপেক্ষা মুহুক্রিয়াবিশিষ্ট আইডিনের মলম ; ইহা ডাক্তারখানায় পাওয়া যায়।

কাদ। তাহার পর আর সম্বন্ধে আর কি কিছু বলিয়ার আছে ?

জা। আছে বই কি, কিন্তু তাহা অতি বিস্তৃত। তবে শিশুদের আর হইলে তড়কা বলিয়া এক বেয়ারাম হয়, তাহাই তোমাকে বিস্তারিতরূপে বলিতে ইচ্ছা করি। কারণ, তাহা জানা না থাকিলে অনেক অন্ত্রবিধা ভোগ করিতে হয়।

কাদ। তড়কা কি ?

জা। শিশুদের আরের তাপ অধিক হইলে, ১০৩, ১০৪, বা ১০৫ ডিগ্রি হইলে শিশুটা হঠাৎ চমকিয়া চমকিয়া উঠে। তখন মনে করিবে যে, ইহার তড়কা হইতে পারে। দেখিতে ২ শিশুটী চক্ষু দুইটী কপালের ভিতর লইয়া যায়, হাত পা ঝাঁচিতে থাকে, এবং এবং নিঃশ্বাস বন্ধ হইয়া শিশুটীর মুখ নীলবর্ণ হইয়া যায়।

কাদ। ওমা, তখন কি উপায় করিবে ?—এত বড় শক্ত বিপদ।

জা। তখন ছেলেটীর মাথায় ঠাণ্ডা জলের পটা দিবে বা জল-ধারালী করিবে, হাত পা ঝাঁকি দিবে। ইহাতে কোন ফল না হইলে, যদি ঐমনিয়ার বোতল থাকে, তাহা নাকের কাছে ধরিলে তৎক্ষণাৎ ধামিয়া যায়। পরে শরীরের তাপ পরীক্ষা করিয়া কিবার মিস্তারের সঙ্গে কিনাগিটিন বা এন্টি

ফেব্রিগ দিলে জ্বর কমিয়া গেলে আর তড়কার ভয় থাকে না । যদি শরীরের উত্তাপ না কমে, তবে পূর্ববৎ স্নান করাইবে । জ্বর বিচ্ছেদের ঔষধ বরসানুসারে অর্দ্ধ গ্রেণ, এক গ্রেণ, বা দুই গ্রেণ, ব্রোমাইড অব পটাশ নামক মিশ্রিত করিয়া দিলে তড়কা হওয়ার আশঙ্কা বড় থাকে না । সর্বদা নজর রাখিবে যেন শরীরের উত্তাপ খুব বেশী না চড়ে । কোন কোন ডাক্তার অল্প গরম জলের টবের মধ্যে ছেলেটিকে বসাইয়া কিছুকাল পরে গা মোছাইয়া দিয়া বস্ত্রাবৃত করিয়া রাখেন ।

কাদ । তড়কা হওয়ার কারণ কি ?

জ্ঞা । তড়কা হওয়ার কারণ এই যে, জ্বরের অত্যন্ত তাপ বৃদ্ধি হইলে রক্ত অতিশয় গরম হয় । গরম রক্ত মস্তিকে গিয়া স্নায়ুগুণকে উত্তেজিত করে এবং সেই উত্তেজনার ফলেই হাত পা ঝঁচিতে থাকে, চক্ষু কপালের মধ্যে নীত হয় ।

কাদ । মস্তিক কি ?

জ্ঞা । মাথার খুলীর মধ্যে একপ্রকার ধূসর বর্ণ কোমল পদার্থ আছে, তাহাকে মস্তিক বলে ।

" কাদ । স্নায়ুকি ?

জ্ঞা । যেমন মাথার খুলীর মধ্যে একপ্রকার কোমল পদার্থ থাকে, সেই প্রকার পীঠের শিরদাঁড়ার হাড়ের মধ্যেও এক-প্রকার কোমল পদার্থ আছে, তাহাকে মেরুদণ্ডস্থ মজ্জা কহে । মস্তিক এবং মেরুদণ্ডস্থ মজ্জা হইতে একপ্রকার সাদা সূত্রবৎ রস সৰ্ব্ব স্নায়ু নির্গত হইয়া সর্ব শরীরে বিস্তৃত আছে । ঐ সাদা সূত্রবৎ রস স্নায়ুকে স্নায়ু বলে ।

কাদ । বুঝলাম । মস্তিক ও স্নায়ু সকলের কার্য কি ?

জ্ঞা। মস্তিষ্ক দ্বারা আমরা চিন্তা করিতে পারি এবং ইচ্ছা হইতে এবং মেরুদণ্ড হইতে যে সকল স্নায়ু বহির্গত হইয়াছে, তাহা দ্বারা চলিতে, বলিতে, দৌড়াইতে পারি। এই স্নায়ু সকল দ্বারা শরীরের যাবতীয় যন্ত্র সকলের গতির কার্য সম্পন্ন হয়। ইহার কোন স্নায়ু অবশ্য হইলে, শরীরে যে অঙ্গের বা যন্ত্রের কার্য ইহা দ্বারা সম্পন্ন হয়, সেই অঙ্গ বা যন্ত্রের কার্য শূন্য হইবে। বুঝিলে ?

কাদ। দৃষ্টান্ত দ্বারা বুঝাও।

জ্ঞা। যেমন দেখ, হাত বা পা যে স্নায়ু দ্বারা চালিত হয়, সেই স্নায়ু অবশ্য হইলে হাত অবশ্য বা পা অবশ্য হইয়া যায়। তখন হাত পা পায়ের দ্বারা কোন কার্য করিতে শায়া যায় না।

কাদ। হাঁ বুঝলাম। তবে তড়কা হওয়ার কারণ কি ?

জ্ঞা। পূর্বেই বলিয়াছি, জরের তাপে মস্তিষ্ক ও স্নায়ু সকল উত্তেজিত হইয়া ঐ প্রকার হাত পা ঝিঁচুনি হয়।

কাদ। হাঁ কতক বুঝলাম।

জ্ঞা। ইহাপেক্ষা বেশী বুঝাইবার ক্ষমতা আমার নাই। তুমি মাত্র এই মোটা কথাগুলি মনে রাখিলে। তড়কা কে কোন কোন স্থানে জর চমক্ বলে।

কাদ। মা বুঝলাম। তারপর।

জ্ঞা। তড়কা সংক্ষেপে আরও ছই একটা কথা বলিয়া রাখি। শিশুর পেটে ক্রিমি থাকিলে ক্রিমির উত্তেজনার দ্বারা স্নায়ুসকল উত্তেজিত হইয়া তড়কা হইতে পারে। আবার শিশুদের দাঁত উঠিবার সময়ও তড়কা হইয়া থাকে।

কাদ। দাঁত উঠিবার সময় তড়কা হয় কেন ?

জ্ঞা। দাঁত উঠিবার সময় কোন কোন শিশুর দাঁত-মাড়ির মাংস ভেদ করিয়া উঠিতে বড় বিলম্ব হয়, তাহাতে শিশু বড় কষ্ট পায়। এবং এই জন্য জ্বর হয় এবং সেই দাঁতের উত্তেজনা দ্বারা স্নায়ুমণ্ডল উত্তেজিত হইয়া তড়কা হয়।

শিশুদের দাঁত উঠিবার সময় পেটে অসুখ ও আমাশয়ও কখন কখন হইতে দেখা যায়।

কাদ। দাঁতের উত্তেজনা দ্বারা একরূপ তড়কা হইলে কি করিবে ?

জ্ঞা। শিশুটির মুখের মধ্যে আজুল দিয়া মাড়ি সকল বেশ পরীক্ষা করিয়া দেখিবে। যদি কোন স্থান উঁচু ও টল্টলে বোধ হয়, তখন চিকিৎসক ডাকিয়া উহা চিরিয়া দিলে জ্বর আরাম হইয়া যায় এবং সঙ্গে সঙ্গে তড়কারও কোন আশঙ্কা থাকে না।

কাদ। ক্রিমি হইলে কি করিবে ?

জ্ঞা। জ্বর হইলে এবং তড়কার লক্ষণ দেখিলে, ক্রিমি আছে কি না, তাহা অনুসন্ধান করিবে। ক্রিমি আছে বলিয়া জানিলে স্যান্টিনিন্ নামক ক্রিমির ঔষধ দিবে এবং তারপর অল্প একটু ক্যাষ্টার ঔয়েল দিলে ক্রিমি নির্গত হইয়া যাইবে এবং সঙ্গে নানা উপসর্গও আরাম হইবে। ক্রিমির কোন ইতিহাস না পাইলেও, অনেক স্থলে সন্দেহ করিয়া ক্রিমির ঔষধ দিলে ক্রিমি নির্গত হইতে দেখা যায়। দোকানে বোন্ বোন্ নামক বটিকা পাওয়া যায়, তাহাও ক্রিমির পক্ষে ভাল।

কাদ। স্যান্টিনিন্ কি মাত্রায় দিবে ?

জ্ঞা। স্যান্টিনিনের মাত্রা পূর্ণ বয়সে ৩ গ্রেণ হইতে ৮ গ্রেণ



পর্যাপ্ত দেওয়া যায়। ছেলেদের নিকি, অর্ধ কাঁ এক গ্রোণ পর্যাপ্ত দিনে দুইবার দেওয়া যায়। ৪।৫ বৎসরের ছেলে পিলেকে ২ গ্রোণ এবং তাহার উর্দ্ধ বয়সে তিন গ্রোণ পর্যাপ্ত ডাক্তারেরা দিয়া থাকেন। কিন্তু ইহা সাবধানে ছোট শিশুকে দিবে। ক্রিমির ঔষধ খালি পেটে দিলে খুব উপকার হয়। কারণ খালি পেটে দিলে ক্রিমির সঙ্গে ঔষধ মিলিয়া ক্রিমিকে ধ্বংস করে। খাদ্য জ্বরের সঙ্গে দিলে তত কম হয় না। ক্রিমির ঔষধ দিয়া পর দিন ক্যাষ্টারওয়েল দিলে সমস্ত ক্রিমি নির্গত হইয়া যায়।

কাদ। বেশ বুঝলাম। ক্রিমি কত প্রকার ?

জ্ঞা। তিন প্রকার। কৈচবৎ গোলাকার ক্রিমি, সূত্রবৎ ক্রিমি, এবং কিতাবৎ ক্রিমি। কৈচবৎ ক্রিমিই আমাদের দেশে বেশী বলিয়া তাহার কিকিং ভোমাকে বলিলাম।

কাদ। ক্রিমি হইয়াছে বোকা বাইবে কেমন করিয়া ?

জ্ঞা। ক্রিমি হইলে ছেলেটা মাঝে মাঝে ভ্রাকার করে, পেটে বেদনা হয়, নাক চুলকার, কিছু খেতে চায় না, ক্রমে দুর্বল হইয়া যায়, পেট মোটা দেখা যায়। ইহা বাদে পূর্বে বলিয়াছি যে, অর হইলে তড়কা প্রভৃতি নান্য উপসর্গ হইতে পারে।

কাদ। হাঁ বুঝলাম। তারপর ?

জ্ঞা। তারপর অর সম্বন্ধে আর বেশী বলিবার নাই, মোটা-মুটা বলিয়াছি। অরের সঙ্গে কাশী ও বৃকে বেদনা থাকিলে, ডাক্তার দ্বারা চিকিৎসা করান ভাল। বৃকের বেদনার জন্য গরম জল ও ফ্রানেলের সেক, তারপিণ তৈল মালিশ, এবং রাইয়ের পলাস্তারা দেওয়া বাইতে পারে। রাইয়ের পলাস্তারা শিশুদের

মিতে হইলে, একভাগ বা দুই ভাগ ময়দা মিলাইয়া দিবে এবং ৫ বা ১০ মিনিটের বেশী রাখিবে না ।

কাদ । অন্ন না হইয়া যদি কাশি হয়, তখন কি করিবে ?

জ্ঞা । তাহা হইলে এই ঔষধ দিবে ।

তাইনাম ইপিক্যাক ১৫ মিনিম বা ফোঁটা

স্ট্রীট'এমোনিয়া এরোমেটীক ২০ মিনিম

টিংচার ক্যাম্ফার কমপাউণ্ড ২০ মিনিম

ক্যাম্ফার ওয়াটার বা কপূরৈব জল ১ আউন্স ২৥ তোলা ।

এই ঔষধের অর্দ্ধ বা এক চামচ বয়সানুসারে দিনে তিনবার বা প্রতি তিন বা ৪ ঘণ্টান্তর খাইতে দিবে । কপূরের জলের পরিবর্তে ষষ্ঠিমধু ভিজ্ঞান জল দিলে বেশ ফল হয় ।

কাদ । তারপর ?

জ্ঞা । তারপর আর কতকগুলি সাধারণ পীড়ার মোটা-মুটা দুই চারিটা ঔষধের কথা বলিয়া ক্ষান্ত দিব । এখন আমি খুজলী বা পাঁচড়ার কথা বলিব ।

কাদ । বল ।

• জ্ঞা । ছেলে পিলের সচরাচর খুজলী হইয়া থাকে । খুজলী একটা ছোঁরাচে রোগ । ইহা এক ব্যক্তির শরীর হইতে অন্য ব্যক্তির শরীরে সংক্রামিত হয় । ময়লা জল দ্বারা বা অশ্রুত ময়লা দ্বারা এই রোগ উৎপন্ন হয় । ইহাতে একপ্রকার পরাজ-পুট কীট থাকে । তাহা দ্বারাই চর্ম্মে উত্তেজনা উৎপন্ন হইয়া থাকে । উত্তেজনা হইলেই লোকে খুজলাইতে থাকে এবং ক্রমে চর্ম্ম-কত উৎপন্ন হয় ।

কাদ । পরাজ-পুট কাহাকে বলে ?

জ্ঞা। যে অন্তের শরীরে পালিত বা পুষ্টিলাভ করে, তাহাকে পরাজ-পুষ্ট বলে। যথা—কুমি, খুজলীর কীটাণু, ম্যালেরিয়া জ্বরের কীটাণু ইত্যাদি।

কাদ। খুজলীর ঔষধ কি ?

জ্ঞা। খুজলীর ঔষধ ডাক্তারি মতে গন্ধক-মলমই সর্বশ্রেষ্ঠ। গন্ধক দ্বারা কীটাণু বিনষ্ট হইয়া গিয়া খুজলী আরাম করে।

কাদ। গন্ধকের মলম কি প্রকারে প্রস্তুত হয় ?

জ্ঞা। গন্ধকের মলম প্রস্তুত করিতে হইলে

গন্ধক চূর্ণ

২৯ তোলা

মোমের মলম

২৭৯ তোলা

একত্র মিলাইয়া লইলে উৎকৃষ্ট মলম প্রস্তুত হয়। মোমের মলম না পাইলে শূকরের বা ভেড়ার চরবির সঙ্গে গন্ধক মিলাইতে পারা যায়। মোমের মলম প্রস্তুত করার এক সহজ উপায় আছে।

১ ছটাক পীতমোম আর ৫ ছটাক নারিকেলের তৈল দিলে দিব্য মলম প্রস্তুত হয়।

প্রথমতঃ মোমকে আগুনের তাপে গলাইয়া তাহার সঙ্গে নারিকেলের তৈল মিলাইয়া ছাঁকিয়া একটি পাত্রে রাখিবে।

কাদ। আর কি ?

জ্ঞা। খাটি সরিষার তৈল খুজলীর প্রারম্ভে ভাল। পূর্বে বলিয়াছি, সরিষার তৈলে গন্ধকের ভাগ আছে, তাই ইহা ঐ রোগের উপকারী। মোমের মলম, বা চরবী না পাইলে কেবল সরিষার তৈলের সঙ্গে গন্ধকের গুড়া মিলাইয়া ব্যবহার করিলে খুব ভাল হয়।

কাদ । তার পর ?

জ্ঞা । তার পর ঘায়ের চিকিৎসা । যা নানা প্রকার আছে এবং তাহার চিকিৎসাও নানা প্রকার ।

১ । সচরাচর ঘায়ের পক্ষে কারবলিক তৈল খুব ভাল ।

• কাদ । • কারবলিক তৈল কি প্রকারে প্রস্তুত করে ?

জ্ঞা । এক ভাগ কারবলিক এসিড এবং ১২ কি ১৬ ভাগ নারিকেল তৈল একত্র মিলাইলে দিব্য ঔষধ প্রস্তুত হয় । তোমরা সচরাচর ১৬ ভাগেই প্রস্তুত করিবে । কারবলিক এসিড প্রায় সকল বেণে দোকানে পর্য্যাপ্ত এক্ষণে পাওয়া যায় ।

যা বেশ করিয়া ধুইয়া পরিষ্কার ত্বাকড়ার ঐ তৈল মাখিয়া ঘায়ের উপর রাখিবে এবং অল্প তুলা উহার উপর দিয়া ব্যাণ্ডেজ বা পটি বাঁধিয়া রাখিবে । সাবধান, কারবলিক এসিড ব্যবহার করিতে হইলে দেখিবে যেন হাতে না লাগে । উহা হাতে লাগিলে হাত জালা করিবে এবং ঐ স্থানে যা হইবে । কারবলিক এসিড ভয়ানক বিষ । উহা ঘরে রাখিতে হইলে, সাবধানে এমন স্থানে রাখিবে যেন ছোট ছেলে গিলে হাতে না পায় । তাহার ভুল ক্রমে খাইলে মারা যাইবে এবং এক ভয়ানক বিপদ উপস্থিত হইবে ।

কাদ । আচ্ছা বেশ বুঝিলাম । তার পর ?

জ্ঞা । পচা হর্পঙ্কময় ঘায়ের পক্ষে এবং অত্যন্ত দূষিত ঘায়ের পক্ষে আইডোকরম নামক পীত বর্ণের গুঁড়া ঔষধ বড় উপকারী । ইহা গুড়াক্রমে বা মলমলরূপে ব্যবহৃত হয় ।

কাদ । তার পর ?

জ্ঞা । বোরাসিক এসিড নামক সাদা শুড়া ঔষধ নানা প্রকার ঘায়ের মহৌষধ । ইহাও মলম বা চূর্ণরূপে ব্যবহার করা যায় ।

কাদ । আইডোফরম বা বোরাসিক এসিডের মলম কি প্রকারে প্রস্তুত করে ?

জ্ঞা । উক্ত ঔষধ ৩০ বা ৪০ রতি লইয়া ২১০ তোলা মোমের মলমের সঙ্গে মিলাইয়া লইলেই উৎকৃষ্ট মলম হইবে ।

ঔষধের শুড়া ঘায়ে ছিড়িয়া দিয়া ঘা ড্রেস করা যায় ।

কাদ । তার পর ?

জ্ঞা । কাটা ঘায়ের পক্ষেও এই সকল ঔষধ উপকারী । আইডো ফরম সর্বাপেক্ষা উৎকৃষ্ট ।

কাদ । তার পর ?

জ্ঞা । তার পর ফোড়ার চিকিৎসা ।

ব্রণ বা বিস্ফোটকগুলি বড় বেদনাজনক । সাবধান, কোন ব্রণের মাথা ছিড়িয়া দিবে না, দিলে বিশেষ কষ্ট হইবে । সময় সময় ব্রণের চারি পাশ অত্যন্ত ফুলিয়া রোগীকে বিপদগ্রস্ত করিতে পারে ।

বিস্ফোড়াগুলিতে গরম ঘিের পটি দিলে ত্রিক দিনের মধ্যে ফাটিয়া গিয়া রোগীর যন্ত্রণা নিবারণ করে । কিন্তু ঘিের পটি সর্বদা গরম ঘিের দ্বারা ভিজা রাখা উচিত ।

কাদ । বিস্ফোড়া কোন্ গুলি ?

জ্ঞা । যে গুলিতে প্রথমে চামড়ার সামান্ত একটু লাল হয়, এবং অল্প বেদনা করে এবং পরে ক্রমে ক্রমে মাথা লইয়া উচু হইয়া উঠে, লাল হয় এবং কনকনে বেদনা হয়, সেই গুলিকে

বিয়ুফোড়া বলে। ইহার মধ্যে পুঁজ বড় হয় না। যখন পাকিয়া বাহির হয়, তখন সাদা একটা শাঁসের মত নির্গত হইয়া যায়।

আর বাহাতে বেদনা হয়, স্থানটা ভারি বোধ হয়, ক্রমে ফুলিতে থাকে, ঐ ফোড়ার মধ্যে অনেক পুঁজ হয়।

কাদ। ত্রণের চিকিৎসা আর কি ?

জ্ঞা। ডাক্তারেরা টিংচার আইডিন, কখনও কষ্টিক লোশন দ্বারা প্রলেপ দিয়া থাকেন।

কাদ। কষ্টিক-লোশন কি প্রকারে প্রস্তুত হয় ?

জ্ঞান। কষ্টিক-লোশন অনেক প্রকার আছে। ফোড়া ও ত্রণের প্রলেপ, দিবার জন্য ১০ রতি বা ২০ গ্রেণ কষ্টিক ও এক আউঞ্চ (২৥ তোলা) পরিশ্রুত বা বুষ্টির জল একত্র মিলাইয়া একটা শিশিতে রাখিলে এবং শিশির গায়ে নীল রং বা সবুজ রং কাগজ দ্বারা শিশিটা মুড়িয়া রাখিলে এবং তাহার গায়ে লিখিয়া রাখিলে যে, উহাতে কত কষ্টিক আছে। কষ্টিকও বড় বিষ, ব্যবহার করিবার সময় হাতে লাগিলে হাত কাল হইয়া যায়। ইহা ভিন্ন ডাক্তারেরা সর্ব প্রকার ত্রণে আটা ও তিসির পুলকীশ ব্যবহার করিয়া বেশ ফল লাভ করেন। ফোড়া যদি বড় ও গভীর হয়, তখন না কাটিলে আরাম হওয়া কষ্ট।

কাদ। যদি উহা ফাটিয়া যায় বা কাটিয়া দিতে হয়, তাহার পর কিরূপ চিকিৎসা করিব ?

জ্ঞা। তাহার পর যেমন ঘায়ের চিকিৎসার কথা বলিয়াছি, সেই প্রকার চিকিৎসা করিবে। ফোড়া হইলে যদি খুব পুঁজ পড়ে, তাহার মধ্যে পিচকারী দ্বারা খুইয়া কারবলিক তৈলের

বাতি বা পলিতা ভিতরে দিবে, অথবা আইডোফরম যুক্ত ব্যুতি ভিতরে দিবে।

কাদ। পরিশ্রুত জল কাহাকে বলে ?

জা। যন্ত্র দ্বারা চুয়াইয়া ধাম্পাকারে যে জল সঞ্চিত হয়, তাহাকে পরিশ্রুত জল বলে।

কাদ। কেন অল্প জলে কি দোষ ?

জা। অল্প জলে নানাবিধ দ্রব্য পদার্থ মিলিত থাকে। তাহার সঙ্গে কষ্টিক মিশাইলে উহার গুণ নষ্ট হইয়া যায়। বৃষ্টির জল সাবধানে ধরিতে পারিলে পরিশ্রুত জলের কার্য্য করে।

কাদ। শিশিটা সবুজ বা নীল রংয়ের কাগজ দ্বারা মুড়িয়া রাখিবার কারণ কি ?

জা। সূর্য্যের আলো শিশির মধ্যে প্রবেশ করিলে ঔষধ ধারণ হইয়া যায়। সবুজ বা নীল রংয়ের কাগজের ভিতর দিয়া আলো যাইতে পারে না।

কাদ। বুঝলাম না, কিন্তু এ সকল ঔষধ প্রস্তুত করা ও ব্যবহার করা বড়ই ছাড়া। ইহা গৃহস্থ লোকের পক্ষে সাজে না।

জা। হাঁ তা ঠিক। কিন্তু আমার বলিবার উদ্দেশ্য এই যে, তোমরা যদি অন্ততঃ কিছু মনে রাখ, তাহা হইলেই ভাল। সকলের পক্ষে যে ইহা সাজে না, আমি তাহা জানি। তবে সকল কার্য্যই যত্ন ও চেষ্টা বিনা হয় না।

কাদ। তারপর ?

জা। তারপর দাদ। দাদে কষ্টিক লোশন, টিং আইডিন, পুর্ফের সেই লাল মলম ব্যবহার করা যায়। সর্ব্বাপেক্ষা ভাল

ঔষধ, ক্রাইছফানিক এসিড বা গোয়া পাউডার। ইহা মলম রূপে ব্যবহার বা শুধু গুঁড়া ঘসিয়া লাগাইলে ভাল হয়।

কাদ। তারপর ?

জ্ঞা। বিখাজের চিকিৎসার কথা বলিব। বিখাজ পায়ের হাতে, মাথায় বা অন্যান্য স্থানে হইতে দেখা যায়। ঝিক অক-সাইড নামক সাদা গুড়া উহার মহা ঔষধ। উহাও মলম রূপে বা গুঁড়া রূপে ব্যবহার হয়। তাহাতে আরাম না হইলে সামান্য আলুকাতরা মাখিয়া রাখিলে আরাম হইতে দেখা যায়।

কাদ। তারপর ?

জ্ঞা। তারপুর ছেলের চোক উঠিলে কি চিকিৎসা করিতে হইবে, তাহা বলি। চোক উঠিলে বোরাসিক এসিড ২ বা তিন রতি লইয়া পরিষ্কার জলের সঙ্গে মিলাইয়া শিশিতে পুরিয়া রাখিবে। উহার প্রতি দুই তিন বা চারি ঘণ্টা বাদ চক্ষে ফোঁট দিলে বেশ উপকার হয়।

কাদ। তারপর ?

জ্ঞা। চক্ষু অত্যন্ত লাল হইলে বা চক্ষের পাতা ফুলিয়া গেলে কষ্টিক-লোশন দিনে একবার ব্যবহার করিলে ফল হয়।

কাদ। সে কি, কষ্টিক যে বিষ, তাহা চক্ষে দিলে চক্ষু নষ্ট হইবার সম্ভাবনা নাই কি ?

জ্ঞা। কষ্টিক সামান্য মাত্রায় ব্যবহার করিলে কোন ভয় নাই। শিশুদের চক্ষের পক্ষে এক আউঞ্চ জলে ২ গ্রেণ কষ্টিক মিলিয়া ফোঁট দিলে কোন ভয় নাই। কিন্তু ইহা তোমরা নিজে প্রস্তুত করিবে না। ডাক্তারখানা হইতে কিনিয়া আনিবে। কারণ অনাড়ো লোকে ভুল করিলে, চক্ষের অনিষ্ট হইতে পারে।



কাদ । তারপর ?

জ্ঞা । চক্ষুর পাতাগুলির ভিতরে যদি অত্যন্ত লাল হয়, চক্ষু হইতে পিচুটি পড়ে, অথচ চক্ষুটি দেখিতে পরিষ্কার দেখা যায়, তাহা হইলে সল্ফেট্ অব ঝিক নামক ঔষধ ২ গ্রেণ লইয়া এক আউঞ্চ পরিষ্কার জলে মিশ্রিত করিয়া রাখিবে। তাহা তিন বা চারি ঘণ্টা অন্তর চক্ষে ফেঁট দিলে উপকার হয়। এই অবস্থায় কষ্টিক-লোশন দিলেও খুব ফল হয়। চক্ষু চিকিৎসা করিতে হইলে চক্ষুতে বাহাতে আলো না লাগে, তাহার চেষ্টা করিবে। চক্ষুর অন্যান্য পীড়া হইলে ডাক্তার ডাকিবে। ইহার চিকিৎসা অনেক প্রকার আছে, তাহা বলা নিম্নরোজন।

কাদ । তারপর ?

জ্ঞা । তারপর কাণ পাকার চিকিৎসার কথা বলিব। ছেলেপিলেদের কাণ পাকা একটা সাধারণ রোগ। কাণের মধ্যে জল প্রবেশ করিয়া বন্ধ থাকিলে, কোন কীট ভিতরে প্রবেশ করিলে বা কাণের মধ্যে ময়লা থাকিলে বা ফোড়া হইলে কাণ পাকিয়া উঠে। প্রথমতঃ ইহা বড় যজ্ঞাদায়ক। কাণে বেদনার জন্ত শিশুটি কঁাদিলে থাকিলে গরম জলের সেক দিলে উপকার হয়। কাণের বাহিরে ফুলিলে আইডিন প্রলেপ দেওয়া যায়। আর কাণ হইতে পুঁজ পড়িলে গরম জল দ্বারা বেশ করিয়া পিচকারি দিয়া ধুইয়া ইয়ারড্রপ বা কর্ন-ফেঁট্ দিবে।

কাদ । ইয়ারড্রপ কাহাকে বলে ?

জ্ঞা । ইয়ার অর্থ কাণ, ড্রপ অর্থ ফেঁট্। কাণে বাহা দ্বারা ফেঁট দেওয়া যায়, তাহাকে ইয়ার ড্রপ বলে।

কাদ । উহা প্রস্তুত করার নিয়ম কি ?

জ্ঞা। টিংচার অপিয়াই বা আফিংএর আরক এক ভাগে মিসারিণ নামক ঔষধের চারি ভাগ মিলাইয়া শিশিতে পুরিয়া রাখিবে। তাহার তিন চারি ফোঁটা কাণের মধ্যে দিয়া কাণটা তুলা দ্বারা বন্ধ করিয়া রাখিবে। এই প্রকার প্রতিদিন দুইবার করিলে সত্ত্বর আরোগ্য হইবে।

\* কাণ হইতে পচা গন্ধসহ পুঁজ বাহির হইতে থাকিলে, কাণটা দুইয়া বোরাসিক এসিডের শুড়া উহার ভিতর ফুঁদিয়া দিবে। তাহাতে বেশ ফল পাওয়া যায়। আবার এক ভাগ ট্যানিক এসিড ও চারি ভাগ মিসারিণ একত্র মিলাইয়াও কাণে ফোঁটা দেওয়া যায়। ইহাও খুব ভাল ঔষধ।

কাদ। তারপর ?

জ্ঞা। ছেলেপিলের মুখে বা জিহ্বার সাদা সাদা ঘা হইলে কি করিবে, তাহা বলি। শিশুটির কোঠেবন্ধ আছে কিনা, তাহা দেখিবে। কোঠেবন্ধ থাকিলে জোলাপ দিবে। এবং একভাগ সোহাগা চূর্ণ এবং চারি ভাগ মধু একত্র মিলাইয়া জিহ্বার প্রলেপ দিলে বা আরাম হইয়া যাইবে।

\* কাদ। তারপর ?

জ্ঞা। তারপর আর কিছু বলিতে ইচ্ছা করি না। এখন তোমাকে কয়েকটি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করিব এবং দেখিব, তোমার সব কথা মনে আছে কি না ?

কাদ। আচ্ছা জিজ্ঞাসা কর দেখি।

জ্ঞা। বল দেখি, গর্ভাবস্থায় কি কি পীড়া হইতে পারে ?

কাদ। প্রাতঃকাল বমন, মুখ দিয়া জলঠো, অজীর্ণ, কোঠে বন্ধতা, মূত্রক্কা, হিষ্টিরিয়া, শোথ প্রভৃতি রোগ হইতে পারে।

জ্ঞা। গর্ভের লক্ষণ গুলি বল ত ?

কাদ। (১) প্রাতঃকালে বমন।

(২) স্তনের বৃদ্ধি।

(৩) পেট বড় হওয়া।

(৪) ঋতু বন্ধ হওয়া।

(৫) পেটের মধ্যে ছেলে নড়া চড়া করা।

(৬) ষ্টেথকোপ নামক বস্ত্র-দ্বারা ছেলের হৃদপিণ্ডের শব্দ শুনিতে পাওয়া।

(৭) স্তনে দুগ্ধ সঞ্চয় হওয়া।

(৮) অখাদ্য খাওয়ার বাসনা।

(৯) অলসতা ও মাটিতে বা যেখানে গোখানে শোয়ার ইচ্ছা।

জ্ঞা। আচ্ছা বেশ কথা। এইরূপ মনে রাখিতে পারিলেই বড় সন্তোষের বিষয়। গর্ভাবস্থায় কি কি কারণে সঙ্কট উপস্থিত হইতে পারে ?

কাদ। (১) গর্ভাবস্থায় নানা পীড়া হইয়া শরীরকে কাতর করে।

(২) সুপ্রসবের ব্যাঘাত হইলে বিপদ হইতে পারে। যদি ছেলেটি আকৃতিতে খুব বড় হয়, কিম্বা জীলোকটীর বস্ত্র-কোট-য়ের গঠন বন্ধ হইলে বা তাহার মধ্যে কোন বাধা থাকিলে বিপদ হইতে পারে।

(৩) ছেলেটি এড়োভাবে থাকিলে, অরায়ুর বাহিরে গর্ভ হইলে সঙ্কটকাল উপস্থিত হইতে পারে।

(৪) অরায়ুর মুখ না খুলিলে এবং আনাড়ি খাইয়ের দ্বারা অশেষ প্রকার অনিষ্ট হইতে পারে।

• (৫) প্রসবাস্তে রক্তস্রাব হইয়া বা ফুল আটকিয়া বিপদ হইতে পারে ।

জ্ঞা । ঘন ঘন গর্ভস্রাব হইলে, মৃত সন্তান প্রসব হইলে এবং জীবিত সন্তানের গুল্মদ্বারে এবং নাকের মধ্যে দা থাকিলে বা ছেলেটা ক্রশ হইলে, কি কারণে এই সকল হয় মনে করিবে ?

• ক। ঐ সকল ঘটনা হইলেই মনে করিব যে, সন্তানের পিতা বা মাতা কোন গুরুতর ব্যাধিদ্বারা আক্রান্ত আছেন । তাহার মধ্যে উপদংশই বিশেষ উল্লেখ-যোগ্য ।

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় রোগ হইলে কি করিবে ?

ক। গর্ভাবস্থায় রোগ হইলে ভাল চিকিৎসক দ্বারা চিকিৎসা করিব ।

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় কোষ্ঠবদ্ধ থাকিলে কি করিবে ?

কাদ । গর্ভাবস্থায় কোষ্ঠবদ্ধ থাকিলে মুহু জোলাপ দিব । উগ্র জোলাপ দিলে গর্ভস্রাব হইতে পারে । রেড়ীর-তৈল, সাবানের জল বা গিসারিনের পিচকারী দিলে সর্বাপেক্ষা নিরীপদ হয় ।

জ্ঞা । গর্ভাবস্থায় কুইনাইন ব্যবহার করা যাইতে পারে কি ?

কাদ । পারে । গর্ভাবস্থায় অল্প মাত্রায় কুইনাইন ব্যবহার করিলে কোন অনিষ্ট হয় না । অধিক মাত্রায় কুইনাইন দিলে কখনও কখনও গর্ভস্রাব হইয়া থাকে, এক্রপ শুনা যায় ।

জ্ঞা । সন্তানের নাড়ী কাটার নিয়ম কি ?

কাদ । সন্তান ভূমিষ্ট হইলেই নাড়ী কাটিতে হইবে । নাতি হইতে ২৥ বা তিন ইঞ্চি দূরে একটা বাঁধ দিব এবং তাহার

অন্ন উপরে আর একটি বাঁধ দিব। এই দুই বাঁধের মধ্যে নাড়ী কাটিয়া ছেলেটিকে স্নান করাইয়া কাপড় দিয়া ঢাকিয়া রাখিব।

জ্ঞা। শিশুর বাহ্যে হইলে কি করিবে?

কাদ। ক্যাষ্ঠার অয়েল দিব। তাহাতে বাহ্যে না হইলে পানের বোঁটা দ্বারা বাহ্যে করাইতে চেষ্টা করিব।

জ্ঞা। কচি ছেলের প্রস্রাব না হইলে কি করিবে?

কাদ। প্রস্রাব না হইলে তলপেটে এবং প্রস্রাবের দ্বারের চতুর্পার্শ্বে গরম জলের সেক দিব। তাহাতেও না হইলে, সরু ও কোমল শলাকা আন্তে আন্তে প্রস্রাব দ্বারে প্রবেশ করাইলেন প্রস্রাব হয়। ইহাতে প্রায়ই ডাক্তারের দরকার হয়।

জ্ঞা। ছেলেটির আমাশয়ের পীড়ার লক্ষণ দেখিলে কি করিবে?

কাদ। আমাশয়ের লক্ষণ দেখিলে তৎক্ষণাৎ অন্ন একটু ছুধের সঙ্গে আধ বা এক ছটাক ক্যাষ্ঠার অয়েল খাওয়াইয়া দিলে আমাশয় পীড়া প্রায় আরাম হইয়া যায়।

জ্ঞা। শিশুদের ভারি অর হইলে আশঙ্কা কি? কোন্ সময় বেশী ভয়?

কাদ। শিশুদের ভারি অর হইলে তড়কা বা অর চমক লাগার ভয় থাকে। ইহা দাঁত উঠিবার সময়ই হওয়ার বেশী সম্ভাবনা।

জ্ঞা। আর কি কারণে তড়কা হওয়ার সম্ভাবনা?

কাদ। ছেলের পেটে ক্রিমি থাকিলে তড়কা হইতে পারে।

জ্ঞা। থার্মোমিটার কাহাকে বলে? স্বাভাবিক শরীরের তাপ কত?

কাদ । অর পরীক্ষা করিবার তাপমান যন্ত্রকে থারমোমিটার বলে । স্বাভাবিক শরীরের তাপ ৯৮.৪ ।

জা । তাপমান যন্ত্রের কত ডিগ্রি অর হইলে আশঙ্কার কারণ থাকে ?

কাদ । ১০৫ ডিগ্রি বা-তাহার উপর হইলেই ভয়ের কারণ হয় ।

জা । এত ভারি অর হইলে কি করিবে ?

কাদ । অর বিচ্ছেদের ঔষধ দিব এবং মাথার ঠাণ্ডা জলের পটি সর্বদা রাখিব । তাহাতে অর না কমিলে শিশুকে স্নান করাইলে নিশ্চয়ই অর কমিবে ।

জা । খুজলীর কোন্ ঔষধ ভাল ?

কাদ । গন্ধকের মলম সর্বাপেক্ষা ভাল ।

জা । ঘায়ের পক্ষে কি ভাল ?

কাদ । ঘায়ের পক্ষে কারবলিক তৈল, আইডোকরম ও বোরাসিক এসিড ভাল ।

জা । বিষফোট বা ত্রণে কি ভাল ?

কাদ । গরম ঘিের পটি খুব ভাল । স্ট্রিটিন, টিং আইও-ডিন ও কষ্টিক-লোশনের প্রলেপ ভাল ।

জা । চক্ষু উঠিলে কি ঔষধ ভাল ?

কাদ । বোরাসিক-লোশন ও জিক-লোশন ভাল । চক্ষু অত্যন্ত লাল হইলে ও ফুলিলে মুছ কষ্টিক-লোশন ভাল ।

জা । শিশুর পেট ফাঁপিলে কি ভাল ? পেটে অম্বল হইলে কোন ঔষধ ভাল ?

কাদ । পেট ফাঁপিলে মহুরির জল বা জোরানের আরো-কের জল ভাল । পেটে অম্বল হইলে চুণের জল ভাল ।

জা । পেটে অম্বল হইলে কি ভাল ?

কাদ । জুগকি ষটিকাচূর্ণ ভাল ।

জা । বিখাজে কি ভাল ?

কাদ । জিকের মলম খুব ভাল ।

জ্ঞা। সকল কথাই বেশ মনে রেখেছ, আমার বাহা উদ্দেশ্য, তাহা সফল হইল।

কাদ। মা, তুমি চিকিৎসার বত কথা বলিলে, সে সমস্তই ডাক্তারি কথা, যেখানে ডাক্তার নাই বা ডাক্তারি ঔষধ মেলে না, সেখানে তোমার চিকিৎসা প্রণালীতে কোন ফল হইবে না।

জ্ঞা। কাদম্বিনী, ঠিক বলেছ, কিন্তু যাহার বত টুকু জ্ঞান, সে তত টুকুই শিক্ষা দিতে পারে। তাহার বেশী পারে না। আমি ছোট বেলা হইতেই ডাক্তারি চিকিৎসা দেখিয়া আসিতেছি, এবং কর্তার সঙ্গে তাহাই শিক্ষা করিয়াছি। সেই জন্ত ডাক্তারি কথা যাহা যাহা জানি, তাহাই বলিলাম। দেশীয় চিকিৎসা প্রণালী আমি না বলিলেও, প্রায় গ্রামে যে সকল প্রাচীনা স্ত্রী-লোক আছেন, তাঁহারা টোটকা ঔষধ অনেক জানেন। যেখানে নিতান্ত ডাক্তারি ঔষধ পাওয়া যায় না, তথায় দেশী চিকিৎসাই অবলম্বনীয়। আমার ইহাও উদ্দেশ্য নহে যে, দেশী চিকিৎসা মোটেই করিবে না। দেশী চিকিৎসা যার যাহা জানা আছে, তাহার উপর অতিরিক্ত ডাক্তারি কথাগুলি জানা থাকায়, উপকার ভিন্ন অপকার নাই। এই সকল জানা থাকিলে দেশী চিকিৎসার যে স্থানে কোন ফল না হইবে, তথায় ইহা দ্বারা বিশেষ উপকার পাইবে। আমি যাহা যাহা বলিলাম, তাহাতে ভুল ভ্রান্তিও থাকিতে পারে এবং কোন কোন ব্যক্তির মতের সঙ্গও অনৈক্য থাকিতে পারে, কিন্তু কোন মতই জগতে সর্ববাদীসম্মত হয় না। যাহা হউক, আজ হইতে আমি ক্ষান্ত দিলাম। আশা করি, তোমরা আমার উপদেশ মত কার্য্য করিবে এবং মনে বাসনা করি, আমার সন্তান-শিক্ষার ফল ঘরে ঘরে প্রচারিত হইবে।







# মহিয়াড়ী সাধারণ গুপ্তকালয়

## নির্দ্ধারিত দিনের পরিচয় পত্র

বর্গ সংখ্যা

পরিগ্রহণ সংখ্যা .....

এই গুপ্তকথানি নিম্নে নির্দ্ধারিত দিনে অথবা তাহাঃ  
গ্রন্থাগারে অবশ্য ফেরত দিতে হইবে। নতুবা মাসিক ১ টাকা  
জরিমানা দিতে হইবে।

নির্দ্ধারিত দিন	নির্দ্ধারিত দিন	নির্দ্ধারিত দিন	নির্দ্ধারিত
১২/০৮			

